कोविड–19
संपादक
डॉ. मोरवे रोशन के. और मुबीन खान
Cover designed by Dr Morve Roshan K.

संपादक

## डॉ मोरवे रोशन के. और मुबीन खान

**Cape Comorin Publisher**
**Kanyakumari, Tamilnadu, India**

## सम्पादकों के बारे मे.....

**डॉ. मोरवे रोशन के.** बँगर विश्वविद्यालय में *मानद रिसर्च एसोसिएट* और साउथवेस्ट विश्वविद्यालय की *पोस्टडॉक्टोरल फैलो* हैं। वे भारत कि प्रमुख ए ब्रिटेन स्थित शोधकर्ताओं में से एक और अफ्रीकी और उत्तर औपनिवेशिक सिद्धांत और साहित्य कि प्रसिद्ध विद्वान मानी जाती हैं। इन्हे गुजरात केंद्रीय विश्वविद्यालय से पीएचडी और एमफिल (तुलनात्मक साहित्य) पदवी से सन्मानित किया गया है। इनकि कुल 21 शोध पत्र, 7 पुस्तक अध्याय, 2 लघु कथाएँ, 2 समाचार पत्र लेख और 7 कविताएँ आंतरराष्ट्रीय मासिकाओ, पुस्तको और पत्रिकाओ में प्रकाशित हैं। तथा, कुल 74 बच्चों की साहित्य पुस्तकों (मुख्य संपादक) का मराठी में अनुवाद करणे का श्रेय उन्हें दिया गया है। उनकी 5 पुस्तकें प्रकाशित हैं, तथा उनकी लोकप्रिय पुस्तक, *COVID-19 महामारी खंड II* और *खंड V* माने जाते हैं। इन्होने 28 मौखिक शोध पत्रों के वाचन में रंगभेद, संघर्ष, भेदभाव, उत्तर आधुनिक लेखन, अल्पसंख्यक और पिछडे वर्ग से जुडे साहित्य के मुद्दों पर अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलनों और संगोष्ठियों में वैचारिक एवंम साहित्यिक सिद्धांतोंद्वारा अपनी रचना को प्रस्तुत करणे का अद्भुत काम किया है। वे महिलाओं और एलजीबीटीक्यूए समूहों के लिए काम कर रही हैं, जो समानता लाने के लिए एक एक्शन प्लान के रूप में नींव रखती है। वर्तमान मे, वे महिलाओं के कविता संग्रह पर काम कर रही हैं, यह पुस्तक केवल महिलाओं के मुद्दों तथा महिला लेखण पर केंद्रित होगा। वे एक संयोजक (सम्मेलन और राइटर्स फेस्टिवल) के रूप में काम कर रही हैं और 3 अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलनों के समन्वयक के रूप में जिम्मेदारियों को निभा चुकी हैं। वह एशिया और ब्रिटन के शैक्षणिक दौरे पर रही हैं। उनके विशेषज्ञता के क्षेत्रों में अफ्रीकी साहित्य, उत्तर-औपनिवेशिक, लिंग अध्ययन, उत्तर आधुनिक लेखन और रंगभेद साहित्य और अंग्रेजी और तुलनात्मक साहित्य शामिल हैं। वर्तमान में, वे COVID-19 के मुद्दों पर भी अध्ययन कर रही हैं। वह लिंग और नस्लीय सीमांत और अल्पसंख्यक अधिकारों और समानता के लिए भी सक्रिय रूप से काम कर रही हैं।

उनसे संपर्क किया जा सकता है: mrr**19**qyp@bangor.ac.uk **या** morve_roshan@rediffmail.com

**मुबीन खान** महात्मा गांधी चित्रकूट ग्रामोदय विश्वविद्यालय, चित्रकूट के पी. एच.डी. (सीनियर रिसर्च फैलो) है। इनकी थीसिस मूल्यांकन हेतु जमा हो चुकी है। वर्तमान मे यह मध्य प्रदेश सरकार के अन्तर्गत शासकीय इण्टर कॉलेज मे प्रवक्ता के पद पर पदस्थ है। यह दो बार यू.जी.सी. नेट तथा यू. जी. सी.–जे. आर. एफ. है। यह भारतीय इतिहास अनुसंधान परिषद के भी जे. आर. एफ. चयनित हो चुके है। पूर्व मे यह Army Welfare Education Sociaty (Army Schools) के लिये भी चयनित हो चुके है। इनकी शोध उपलब्धियों मे 8 शोध पत्रों का प्रकाशन 03 अलग–अलग पुस्तकों मे अध्यायों का प्रकाशन तथा मध्य प्रदेश के आर्थिक इतिहास मे स्वयं की एक पुस्तक है। इन्होने देश के अलग अलग विश्वविद्यालयों तथा अनुसंधान संस्थानों मे 15 से ज्यादा मौखिक शोध पत्रों का वाचन, 35 से ज्यादा संगोष्ठियों मे प्रतिभाग एवं 05 (दस दिवसीय) कार्यशालाओं मे सहभागिता उल्लेखनीय है। यह भारतीय इतिहास अनुसंधान परिषद, अखिल भारतीय इतिहास संकलन समिति तथा भारतीय इतिहास कांग्रेस मे पंजीकृत आजीवन सदस्य है।

# विषय सूची

## *साहित्यिक योगदान करने वाले विद्वानों की सूची*


***देवेन्द्रसिंह ठाकुर***

सहायक प्राध्यापक, हिंदी
शासकीय महाविद्यालय धरमपुरी, जिला–धार (म.प्र.)

***दिव्या पांण्डे***

सहायक प्रोफेसर, पुस्तकालय एवं सूचना विज्ञान विभाग
साहू राम स्वरुप महिला महाविद्यालय, बरेली (उ.प्र.)

***डॉ. अनूपी समैया***

असिस्टेंट प्रोफेसर
डॉ. हरीसिंह गौर केंदीय विश्वविद्यालय, सागर (म.प्र.)

***डॉ. अनीता जायसवाल***

असि. प्रोफेसर, शिक्षा शास्त्र
साहूराम स्वरुप महिला महाविद्यालय बरेली (उ.प्र.)

***डॉ. गरिमा***

असिस्टेंट प्रोफेसर, योग विभाग
साहू राम स्वरूप महिला महाविद्यालय बरेली (उ.प्र.)

***डॉ. इंतजार मेहंदी***

महात्मा गांधी काशी विद्यापीठ
(उ.प्र.)

# भूमिका

**का**रोना वायरस को लेकर लोगों मे एक अलग सी बेचैनी देखने को मिली है। इस महामारी से अभी तक पूरे विश्व मे 4 करोड़ से अधिक लोग संक्रमित हो चुके है और एक करोड़ से अधिक लोगों की जानें जा चुकी है। दुनिया के कई प्रभावशाली देश जैसे अमेरिका, इटली, यू.एस.ए. आदि इसकी चपेट मे बुरी तरह से आ चुके हैं। अफसोस की बात तो यह कि, वैश्विक रूप मे इसका कोई इलाज नही मिल सका है। इससे पहले भी कई महामारी आई है जिन पर हमने पूरी तरह से विजय प्राप्त की है और इसी तरह कोरोना को भी हम साथ मिलकर हराएंगे। दूसरों के चक्कर मे पड़ने से अच्छा है कि हम अपनी रक्षा करें, सतर्क रहें, स्वच्छ रहे, और स्वस्थ्य रहे।

यह महामारी किसी युद्व से अलग है, लेकिन इस पर विजय के लिए मिलकर काम करने की जरूरत है। जब लोगों को अहसास होगा कि सामूहिक कार्रवाई से क्या हासिल हो सकता है तब इस बात मे बदलाव आ सकता है कि, हम कैसे एक दूसरे से जुडे हुए है और इसका परिणाम यह होगा कि समूदाय की एक व्यापक भावना पैदा होगी। हमें यह सुनिश्चत करना है, कि इस महामारी के लिए जो बदलाव हो वह बेहतरी के लिए हो न कि बदतर हालात के लिए। कोविड–19 महामारी ने दुनिया को काफी हद तक बदल दिया है। हर दिन, जैसे इसका प्रसार बढ रहा है, वैसे–वैसे यह अधिक स्पष्ट होता जा रहा कि, इसने कैसे दुनिया को बदला है। जब हम इससे उबरेंगे हम निश्चित ही अलग दुनिया मे अलग लोग होंगे।

आज हम लॉकडाउन की बंदिशों के खत्म होने का उल्लास मना रहे है, लेकिन महत्वपूर्ण सवाल यह है कि हम बुरे दौर की समाप्ति वाली स्थिति मे है, या प्रतिकूल समय की शुरूआत वाली स्थिति मे, लेकिन यह जान लेना आवश्यक है, कि यदि इस महामारी का दूसरा चरण आता है, तो नीति निर्माताओं को उस संकट से बाहर निकलने के लिये नए आयाम तलाशने होंगे। वर्तमान मे कई लोगो कों यह पता नही है कि यह संकट किस रूप मे वापिस जाएगा। आज की सर्वोच्च प्राथमिकता जीवन बचाना है (जान है तो जहान है) और जीवन बचाने का यह उददेश्य भविष्य की सफलता है लेकिन भविष्य मे सफल होने के लिए दुनिया भर के देशों को इसके लिए योजना बनानी चाहिए। प्रत्येक देश को यह भी चाहिए कि महामारी जैसे प्रकोप के समय योजनाओं तथा सुधारों को लागू करते समय किसी भी कीमत मे व्यक्तिगत स्वार्थ्य निहित न होना चाहिए जैसे कि किसी बीमारी का इलाज पा लेने पर उसको स्वयं के उपयोग के लिए गुप्त रखना या फिर आर्थिक लाभ के उद्देश्य से अधिक दामों मे इलाज का विक्रय करना।

हम अपने समस्त विद्वानों के प्रति आभार प्रकट करते है जिन्होंने साहित्यिक सहयोग कर पुस्तक के संपादन हेतु प्रोत्साहित किया। उनकी लगन एवं कर्मठता को नकारना पुस्तक के प्रति अन्याय होगा। इस पुस्तक में केवल 5 अध्याय और 1 विचार प्रस्तुत हैं, जो हमें अलग–अलग क्षेत्र की जानकारी, उनकी कोविड–19 से जुडी चुनैतियाँ और प्रभाव को समझने में मदद करती हैं। आशा करते हैं, यह पुस्तक उन सभी के लिए महत्वपूर्ण होगी, जो कोविड–19 से झूँझ रहे हैं। सभी के लिए, यह पुस्तक हमारी महामारी की स्थिति को समझने के लिए कुछ लाभ प्रदान करेगी। इस प्रकार, दुनिया के विद्वान, शिक्षक, राजनीतिक वैज्ञानिक इस पुस्तक में लिखे कुछ कोविड–19 से सम्बंधित दिए गए सुझाव योजना बनाने में मदद करेंगे। इस पुस्तक के प्रकाशन हेतु **"केप कोमोरिन प्रकाशक"** पब्लिशिंग हाउस का विशेष रूप से आभार प्रकट करते है, जिन्होनें बिना किसी हिचक के पुस्तक को प्रकाशन हेतु अंगीकृत किया।

*डॉ. मोरवे रोशन के.[1] और मुबीन खान[2]*

*[1] अंतर्राष्ट्रीय अध्ययन कॉलेज, साउथवेस्ट विश्वविद्यालय, चाइना और स्कूल इतिहास, दर्शनशास्त्र और सामाजिक विज्ञान, बँगर विश्वविद्यालय, ब्रिटेन*

*[2] सीनियर रिसर्च फैलो*

# अध्याय 1

# कोविड–19 का सामाजिक जीवन पर प्रभाव

*देवेन्द्रसिंह ठाकुर*

सहायक प्राध्यापक, हिंदी

शासकीय महाविद्यालय धरमपुरी, जिला–धार

**सार संक्षेप**

कोविड–19 नामक वायरसजनित रोग ने कुछ समय में वैश्विक महामारी का रूप धारण कर लिया। चीन के वुहान नामक प्रांत से दिसंबर 2019 में उपजी इस बीमारी ने कुछ ही दिनों में वैश्विक महामारी का रूप धारण करके विश्व की अर्थव्यवस्था को चौपट किया ही, साथ ही मानव के सामाजिक जीवन को भी अस्त–व्यस्त कर दिया है। इस बीमारी ने सारे विश्व के राजनीतिक, सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक, और धार्मिक जीवन को बुरी तरह प्रभावित करके रख दिया है। संक्रमणजनित कोविड–19 से सारे विश्व की जनता को घर में कैद करके के रख दिया है। हमसब जानते है, कि मानव एक सामाजिक प्राणी है, जो समाज में रहकर ही अपनी सभी आवश्कताओं की पूर्ति करता है। समाज मानव के सुख–दुख का साझेदार होता है। कोविड–19 नामक वैश्विक महामारी ने मानव के सामाजिक जीवन को सकारात्मक और नकारात्मक दोनों प्रकार से अत्यंत प्रभावित कर रखा है। नकारात्मक प्रभावों में सामाजिक दूरी, विश्वास में कमी, आत्मकेंद्रित, रोजी–रोटी का संकट, महिला उत्पीड़न में वृद्धि, असुरक्षा की भावना, रोजगार की समस्या आदि है तो सकारात्मक प्रभावों में श्रम का महत्व, आम आदमी का महत्व, रिश्तों का महत्व, बुजुर्गो का आश्रय, अपनों की पहचान, पर्यावरण प्रदुषण में कमी, सामाजिक सौहार्द में वृद्धि, दुर्घटनाओं में कमी आदि को देखा जा सकता है।

**मुख्य शब्दः** कोविड–19, कोरोना, महिला उत्पीड़न, समाज, महामारी।

**प्रस्तावना**

कोविड–19 नामक वैश्विक महामारी ने सारे संसार को प्रभावित किया है। इस विषाणु जनित अदृश्य दुश्मन ने हम सबके जीवन में आमूलचुल परिवर्तन कर दिया है। ये कहना अतिश्योक्ति नहीं होगा कि एक अदृश्य वायरस ने करोड़ो जिंदगियों को कई दिनों से घर में कैद करके रखा है तथा हम सब के सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक, सांस्कृतिक, और धार्मिक जीवन को बुरी तरह से प्रभावित कर रखा है। कोविड–19 संक्रमण से फैलती है, चूँकि आज दिनांक तक इस बीमारी का कोई ठोस ईलाज या दवाई नहीं बन पाई है इसलिए, यह बीमारी तेजी से फैलती जा रही है। संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आने से, संक्रमित व्यक्ति के खांसने, छींकने पर उसके मुँह और नाक से निकलने वाले छींटों से यह बीमारी लगातार अपने पैर पसारती जा रही है। इसके अलावा संक्रमित व्यक्ति द्वारा उपयोग में लाई जाने वाली वस्तुओं को स्वस्थ व्यक्ति हाथ लगाकर, उन हाथों से स्वयं के मुँह, नाक और आँख को छूले तो वह भी संक्रमित हो जाता है।

**शोध प्रविधि**

किसी भी शोध कार्य को पूर्ण करने के लिए तथ्यों और सामग्री का होना अति आवश्यक है। कोविड–19 महामारी कोई पुरानी बीमारी नहीं है इसका कोई विशेष इतिहास नहीं है दिसंबर 2019 में जन्मी इस बीमारी ने कुछ समय में ही विश्व को चपेट में ले लिया। कोविड–19 महामारी के उद्‌भव, संक्रमण, बचाव तथा सामाजिक जीवन पर इस महामारी के विविध प्रभावों को जानने के लिए मैंने इंटरनेट, समाचार पत्रों, समाज से संवाद तथा स्व आकलन का सहारा लिया।

**शोध के उद्‌देश्य**

प्रस्तुत शोध कार्य का मुख्य उद्‌देष्य कोविड–19 महामारी के प्रकोप और बचाव से आम जनता को अवगत कराना तथा इस महामारी के कारण सामाजिक जीवन पर पड़ने वाले सकारात्मक और नकारात्मक प्रभावों का अध्ययन करके आम जनता को बताकर जागरूक करना।

**उपकल्पना**

शोधार्थी और पाठक कोविड–19 महामारी के संक्रमण और बचाव के बारे में जान सकेंगे। इस महामारी के कारण मानव के सामाजिक जीवन पर पड़ने वाले सकारात्मक और नकारात्मक प्रभावों को जानकर, अपने आप को भविष्य की चुनौतियों के लिए तैयार कर सकेंगे।

**कोविड –19 का सामाजिक जीवन पर प्रभाव**

कोविड–19 ने जहाँ एक ओर दुनिया की अर्थव्यवस्था को धराशायी कर दिया है तो, वहीं दूसरी ओर सामाजिक जीवन को भी प्रभावित किया है। आज इस लाइलाज बीमारी के कारण समाज पर अनेक सकारात्मक और नकारात्मक प्रभाव देखने को मिल रहे है। ऐसा लगता है कि ये प्रभाव लंबे समय तक बने रहेंगे तथा, धीरे–धीरे हमारे जीवन का हिस्सा बन जायेंगे। इस सदी की वैश्विक महामारी ने बता दिया कि आज भी विज्ञान चाहे जितनी उन्नति कर ले लेकिन जब प्रकृति अपना रौद्र रूप दिखाती है तो, कोई भी उससे अछूता नहीं रह पाता है। कहा जाता है कि, सिक्के के दो पहलू होते है, ठीक इसी प्रकार कोविड–19 के भी सामाजिक जीवन पर सकारात्मक और नकारात्मक दोनों प्रकार के प्रभाव देखने को मिल रहे है, जो निम्नानुसार है–

**कोविड –19 का सामाजिक जीवन पर नकारात्मक प्रभाव**

**सामाजिक दूरी**

कोविड–19 नामक महामारी ने सामाजिक दूरी को बढ़ाने का काम किया है आज प्रत्येक व्यक्ति एक दूसरे को शक की नजर से देख रहा है। हर व्यक्ति एक दूसरे को संक्रमित व्यक्ति समझ कर उसके साथ अच्छा बर्ताव नहीं कर रहा है। चूँकि यह बीमारी संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आने से फैलती है इसलिए सरकार के द्वारा सामाजिक दूरी बनाकर रखने की बात कही जा रही है लेकिन, लोगों ने उसका गलत मतलब निकाल लिया है और वे समाज से कटे–कटे से रहने लगे है। निःसंदेह इसके कारण सामाजिक दूरी बढ़ने लगी है।

**विश्वास में कमी**

आज इस बीमारी ने लोगों के बीच अविश्वास की रेखा खींच दी है। लोग एक दूसरे की बातों पर अविश्वास जाहिर करने लगे है। इसका ठोस कारण भी है क्योंकि, अनेक कोरोना संक्रमित व्यक्तियों ने अपने ट्रेवल हिस्ट्री छिपाई जिसके कारण अनेक स्वस्थ लोग जाने–अंजाने कोरोना महामारी की चपेट में आ गए है।

**आत्मकेंद्रित**

कोविड–19 के कारण आज हमारे चारों ओर भय, डर और आतंक का माहौल बन गया है। कोरोना वाइरस किस ओर से दस्तक दे पता नहीं ? इस महामारी ने व्यक्ति को आत्मकेंद्रित और असुरक्षित बना दिया है। आज प्रत्येक व्यक्ति सिर्फ ये चाह रहा है कि वह और उसका परिवार जिंदा रहे, खुश रहे, सुखी और स्वस्थ रहे।

**रोजी–रोटी का संकट**

इस महामारी को प्रसारित होने से रोकने के लिए सरकार द्वारा लॉकडाउन किया गया, जिसके कारण सभी कल–कारखाने बंद कर दिए गए जिसके कारण लाखों श्रमिकों के सामने रोजी–रोटी का संकट खड़ा हो गया है। आज श्रमिक लोग मजबूरी में अपने गृहप्रदेश जा रहे है। लाखों को रोजगार देने वाली सभी औद्यौगिक इकाईयों के बंद हो जाने से श्रमिक वर्ग का जीवन बेहाल हो गया है जिसके कारण इस वर्ग को अनेक समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है।

**महिलाओं पर शारीरिक एवं मानसिक दबाव**

इस महामारी ने जहाँ एक ओर पुरूष वर्ग मानसिक तनाव दिया है तो, महिलाओं पर भी अनावश्यक काम को बोझ डाला है। लॉकडाउन के कारण पूरा परिवार घर पर कैद हो गया है, जिसके कारण महिलाओं को दिनभर काम में जुटे रहना पड़ता है। इस कारण महिलाएँ शारीरिक और मानसिक दबाव के साथ–साथ निराशा, अवसाद, और तनाव को झेल रही है।

### सोशल मीडिया का दुरूपयोग

इस महामारी के समय में भी कुछ धूर्त लोग सोशल मीडिया का दुरूपयोग करके समाज में भय का वातावरण निर्मित कर रहे है। ऐसे नीच मानसिकता के लोग कोविड–19 के बारे में तरह–तरह की अफवाहे फैला रहे है। बहुत से लोगों के द्वारा बिना सोचे समझे इन बैसिरपैर की अफवाहों को धड़ल्ले फारवर्ड कर दिया जाता है।

### महिला उत्पीड़न में वृद्धि

कोविड–19 महामारी के कारण देश में लागू लॉकडाउन ने घरेलू हिंसा को बढ़ावा देने का कार्य किया है। लॉकडाउन के कारण पूरा परिवार 24 घंटे एक घर में एक साथ समय गुजार रहा है। इस लॉकडाउन के कारण, पुरूष वर्ग अपनी खींज, गुस्सा, निराशा, तनाव, और चिड़चिड़ापन पत्नी पर निकालने लगा है, जिसके कारण घरेलू हिंसा दिन–प्रतिदिन बढ़ती जा रही है।

### रोजगार की समस्या

लगातार लॉकडाउन के कारण मजदूर वर्ग को काम के अभाव में अपने–अपने राज्यों की ओर लौटना पड़ रहा है जिसके कारण रोजगार की समस्या उत्पन्न होने लगी है। और इस बेरोजगारी का असर उनकी सामाजिक स्थिति पर भी पड़ने लगा है। जो लोग अपने राज्य से बाहर जाकर कामकाज करके अपना जीवन अच्छे से गुजार रहे थे आज वो लोग दाने–दाने को मोहताज हो रहे है। उन्हें काम नहीं मिल पा रहा है।

### संदेह और घृणा का प्रसार

सामाजिक दूरी के कारण, संदेह ने अपना घर बना लिया है आज लोग एक–दूसरे को शक की नजरों से देखने लगे है। जिसके कारण, समाज में दिनोंदिन घृणा बढ़ने लगी है। कोरोना वायरस ने लोगों को बीच विरोध और घृणा का दायरा बढ़ाने काम किया है। अब कुछ स्वार्थी लोग आसानी से किसी धर्म, जाति, मजहब, व वर्ग को बीमारी के प्रसार का उत्तरदायी मानकर आसानी से हिंसा का शिकार बना सकते है।

## असुरक्षा की भावना

कोविड–19 ने विदेश में बसे भारतीयों के मन में असुरक्षा का माहौल पैदा कर दिया है। आज विदेशों में बसे भारतीय अपनी अच्छी खासी नौकरियाँ छोड़कर स्वदेश लौटना चाहते है। क्योंकि जाहिर सी बात है जब आपदा आती है तो, सभी देश अप्रवासियों की अपेक्षा अपने देशवासियों को वरीयता देते है। और इसी कारण विदेशों में बसे हुए भारतीयों के मन में असुरक्षा की भावना ने घर कर लिया है, वे किसी भी तरह से स्वदेश आना चाहते है। इस बीमारी का एक नकारात्मक पहलू यह भी है कि, घरवाले कोरोना वायरस से संक्रमित अपनों की देखभाल नहीं कर पा रहे है। इस बीमारी के कारण कई लोग अपनों को खो रहे है। इस संक्रमित बीमारी के चलते लोग आखरी समय में अपनों की सेवा नहीं कर पा रहे है और न ही ठीक तरीके से अंतिम संस्कार कर पा रहे है।

## कोविड–19 का सामाजिक जीवन पर सकारात्मक प्रभाव

### 1. श्रम की महत्ता

इस वैश्विक महामारी ने विशेष रूप से उच्च वर्ग को आम आदमी के श्रम की महत्ता से अवगत करा दिया है। कोविड–19 ने अभिमानी मानव जाति के घमण्ड को चकनाचूर कर दिया है। जो मानव कल तक धन और रूतबे के बल पर अपने आप को दुनिया का सबसे ताकतवर इंसान मानता था आज उसे नन्हे वायरस ने हकीकत दिखा दी है।

### 2. आम आदमी की महत्ता

इस महामारी ने आम आदमी की महत्व को प्रतिपादित कर दिखाया है। जैसा कि कहा जाता है मानव एक सामाजिक प्राणी है। और समाज में प्रत्येक वर्ग के अपना–अपना योगदान होता है। लेकिन आज तलक आम आदमी के काम को कभी तवज्जों नहीं दी गई या यूं कहे कि कभी उसके काम को काम माना ही नहीं गया। नलवाला, दूधवाला, सब्जीवाला, स्वीपर, आया, कचरेवाला, चायवाला, प्रेसवाला, पेपरवाला, या फलवाला ऐसे अनेक लोग होते है, जो हमारे जीवन को सरल, सहज और सुविधाजनक बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते है। लेकिन आज इस कोविड–19 ने आम आदमी के महत्व को जगजाहिर कर दिया है।

### 3. रिश्तों की महत्ता

अभी तक आदमी पैसा कमाने के चक्कर में घर–परिवार से दूर रहता था। परिवार को समय नहीं दे पाता था, आज इस महामारी ने व्यक्ति को रिश्तों के महत्व दिखा दिया है। इस महामारी के कारण कई लोगों को अपने बच्चों और माता–पिता के साथ समय बिताने का मौका दिया। आज तक व्यक्ति अपनी व्यस्तता के कारण अपनों से बात तक नहीं कर पाता था लेकिन, कोविड–19 ने रिश्तों को ताजगी से भर दिया। इसलिए व्यक्ति ने कमाने के साथ–साथ परिवार के साथ भी खुशियों के पल बिताने चाहिए।

### 4. बुजुर्गो का आश्रय

घर के बुजुर्ग जो आज तक घर के किसी कोने में अकेले दिन काटते रहते थे, आज अपने बच्चों, नाती, पोतों के साथ मुस्कुरा रहे है। कोविड–19 ने घर के बुजुर्गो में एक नई जान डाल दी। वरना आज तलक घर के बुजुर्गो के लिए किसी के पास समय ही नहीं होता था। आज इस बीमारी ने लोगों को बुजुर्गो की अहमियत से भी वाकिफ कराया है। ये बुजुर्ग ही घर की नींव होते है, उसी पर सारे परिवार का दारोमदार होता है आज ये बात अनेक लोगों के समझ में आ गई।

### 5 अपनों की पहचान

आज कोविड–19 ने हमे अपने–पराये की पहचान करने में मदद की है। क्योंकि हमें अपने जीवन पथ पर अनेक लोग मिलते है जो, बड़ी–बड़ी बातें कहकर हमसे अपनापन जताते है, परन्तु मुसीबत के वक्त भाग जाते है आज, इस महामारी ने लोगों के चेहरो पर लगे झूठ के नकाब को उतार फेंका है। जो अपना होगा वो सुख–दुख दोनों घड़ी में आपके साथ ही होगा परन्तु, जो धुर्त, चालाक और कपटी होगा वो मुसीबत को देखते ही आपसे कन्नी काटने लगेगा।

### 6. पर्यावरण प्रदुषण में कमी

कोविड–19 के संक्रमण को रोकने के लिए सरकार के द्वारा मार्च 2020 से जो, लॉकडाउन किया जा रहा है, उसके कारण पर्यावरण प्रदुषण में आश्चर्यजनक कमी आई है, जिसके कारण लोगों को स्वच्छ हवा और स्वच्छ पानी मिल रहा है तथा, पर्यावरण हरा–भरा और खुशनुमा बन गया है। आज आसमान में

पक्षियों के झुंड उन्मुक्त गगन में उड़ते दिखाई दे रहे है तो, शहरों में जंगली जीव बेखौफ विचरण करते हुए सहज ही नजर आने लगे है। और प्रदुषण की कमी के कारण लोगों में अन्य बीमारियों का ग्राफ कम हो गया है।

**7. सोशल मीडिया का सदुपयोग**

समझदार लोग वाट्सअप, फेसबुक, ट्वीटर, इंस्टाग्राम आदि सोशल मीडिया के माध्यम से कोविड–19 बीमारी से संबंधित सही जानकारी लोगों तक पहुँचा रहे है। बीमारी के लक्षण और बचाव के तरीके बताकर लोगों को जागरूक कर रहे है। कुछ लोगों के द्वारा मजेदार वीडियो बनाकर लोगों के तनाव को कम करने की कोशिश भी की जा रही है।

**8. दुर्घटनाओं में कमी**

कोरोना महामारी के कारण सरकार ने 24 मार्च 2019 से संपूर्ण देश में टोटल लॉकडाउन कर रखा है जिसके कारण आवागमन भी पूर्णत प्रतिबंधित है और इस कारण दुर्घटनाओं में अप्रत्याशित कमी आई है।

**9. रोगों में कमी**

कोविड–19 महामारी के कारण अन्य रोगों में अप्रत्याशित रूप में कमी देखने को मिल रही है। संपूर्ण लॉकडाउन के कारण लोग घरों में कैद होकर घर का बना शुद्ध शाकाहारी खाना खा रहे है क्योंकि होटल और रेस्टोरेन्ट का चटपटा, मसालेदार फास्टफुड, ठंडे पेय पदार्थ मिलना बंद हो गए। पर्यावरण प्रदुषण भी बहुत कम हो गया है, निरन्तर साफ–सफाई हो रही है और इसी कारण, आज अन्य बीमारियों के रोगी बहुत ही कम मिल रहे है।

**10. सामाजिक सौहार्द में वृद्धि**

कोविड–19 के कहर ने सामाजिक सौहार्द को बढ़ाने का काम भी किया है। आज देश भर में अनेक लोगों के द्वारा बिना किसी भेदभाव के जरूरतमंद लोगों की मदद की जा रही है। जरूरतमंद लोगों के लिए खाने–पीने, आने–जाने और रहने की व्यवस्था भी की जा रही है।

## निष्कर्ष

उपर्युक्त विष्लेषण के आधार पर हम कह सकते हैं कि, कोविड–19 नामक इस वैश्विक महामारी ने सामाजिक जीवन के ताने–बाने को तोड़ कर रखा जरूर है, लेकिन हम हारे नहीं है। आज भले ही हमें अपने चारों ओर निराशा, अवसाद, वेदना, अंधकार, संदेह, शक, मानसिक तनाव, चिड़चिड़ापन, छटपटाहट, बैचेनी, अनिद्रा, आलस, अकेलापन, और सामाजिक अलगाव का वातावरण देखने को मिल रहा हो। क्योंकि जैसे–जैसे संक्रमित व्यक्तियों की संख्या दिन–ब–दिन बढ़ती जा रही, वैसे–वैसे मजबूरी में सरकार के द्वारा लॉकडाउन बढ़ाया जा रहा है जिसके कारण अर्थव्यवस्था के साथ–साथ सामाजिक जीवन भी पटरी से निरन्तर उतरता जा रहा है।

आज तक हमें अपने आप पर बड़ा गर्व होता था कि हम ये है, हम वो है, हम ऐसा कर सकते है, हम वैसा कर सकते है लेकिन इस अदृश्य महामारी ने हमारी आँखे खोल कर रख दी है। यह बीमारी विज्ञान की वह हानि है जिसकी कीमत हमें लाखों लोगों की जान देकर चुकानी पड़ रही है। इस बीमारी ने मानव जीवन को कई वर्ष पीछे ढकेल दिया है। लेकिन कहते है न सुख के बाद दुख आता है और दुख के बाद सुख। कोविड–19 महामारी भी कुछ दिनों की मेहमान है, चली जाएगी बस हमे आशा का दामन नहीं छोड़ना है और साथ इस महामारी ने हमें जिंदगी के जो सबक सिखाए है उन्हें, अब जीवन भर साथ लेकर चलना है तथा आने वाली पीढ़ी को भी सिखाना है।

## संदर्भ सूची


- *इंटरनेट।*
- *विविध समाचार पत्र।*
- *सतीश सिंह–कोरोनावॉच, हेल्थ एण्ड लाइफ, इंटरनेट।*
- *स्व–आक*

# अध्याय 2

# शैक्षिक एवं आर्थिक क्षेत्र में कोविड–19 के सकारात्मक एवं नकारात्मक प्रभाव


***दिव्या पांण्डे***

सहायक प्रोफेसर

पुस्तकालय एवं सूचना विज्ञान विभाग

साहू राम स्वरुप महिला महाविद्यालय, बरेली।



**सारांश**

**वै**से तो, किसी भी महामारी का आना कोई नयी बात नहीं है कुछ न कुछ सालों बाद कोई न कोई महामारी किसी न किसी रुप में अवश्य ही सामने आती है, पहले भी हमारे देश में कई महामारी आ चुकी हैं, जिसके प्रभाव काफी हानिकारक होते हैं लेकिन, जब बात महामारी की आती है तब, मष्तिष्क में यह प्रश्न आना स्वाभाविक है कि, आखिरकार महामारी क्यों उत्पन्न होती है व इसकी उत्पत्ति के क्या कारण हो सकते हैं? इसके कई कारण हो सकते हैं, चाहे वह पर्यावरणीय असंतुलन हो, सामाजिक, आर्थिक आदि कारण हो व कोई अन्य कारण भी हो सकते हैं जिससे जाने अनजाने में धरती को क्षति पहुंचती हो।



**मुख्य शब्दः** कोरोना वाइरस, कोविड–19, महामारी, सामाजिक दूरी, शैक्षिक एवं औद्योगिक क्षेत्र, अर्थव्यवस्था, लॉकडाउन।

**ज**सा कि सर्वविदित है कि आज पूरा विश्व कोरोना वायरस व कोविड–19 जैसी भयानक महामारी से जूझ रहा है शायद, कभी कल्पना भी नहीं की गयी होगी, के एक दिन ऐसा भी आयेगा जब पूरा विश्व एक छोटे से वायरस की चपेट में आ जायेगा व यह वायरस सबको अपने चंगुल में बुरी तरह से जकड़ लेगा व सम्पूर्ण जीवन को अस्त व्यस्त कर देगा जिससे मनुष्य के दैनिक क्रियाकलाप व सभी चीजें तितर बितर हो जायेंगी व मनुष्य चार दीवारी में जकड़ कर रह जायेगा।

इस वायरस के कारण समाज का प्रत्येक वर्ग चाहे वह सामान्य जनता हो, व्यापारी हो, उद्योगपति हो, विद्यार्थी हो, शिक्षक हो या ये कहा जा सकता है कि प्रत्येक व्यक्ति पर इसका प्रभाव पड़ा है विश्व के अन्य देशों की तुलना में भारत में अभी तक हालात उतने गंभीर नहीं है जितने, अन्य देशों अमेरिका, फ्रांस आदि में है लेकिन यदि समय रहते इस महामारी पर नियंत्रण संभव न हो सका तो इसके परिणाम और भी घातक साबित हो सकते हैं वर्तमान में कोरोना वायरस से बचने की कोई भी वैक्सीन नहीं है तथा इस दिशा में हमारे वैज्ञानिकों व डाक्टर्स व विश्व के अन्य देशों के वैज्ञानिकों व डाक्टर्स के द्वारा निरंतर प्रयोग किये जा रहे हैं तथा एक दिन वह अपने प्रयासों में अवश्य ही सफल होंगें तथा सम्पूर्ण विश्व इस महामारी की चपेट से बाहर आ सकेगा लेकिन जब तक इसका कोई भी हल नहीं निकलता है तब तक हमें इसी तरह से सामाजिक दूरी का पालन करते हुये जीवन व्यतीत करना होगा। तथा समाज में रहने वाले प्रत्येक व्यक्ति का कर्तव्य बनता है कि, वह स्वयं तो सामाजिक दूरी का पालन करे ही व साथ साथ दूसरों को भी सामाजिक दूरी का पालन करने के लिये प्रेरित करें क्योंकि इस महामारी से बचने का यही एकमात्र उपाय है व इसके साथ साथ स्वच्छता का पालन करना भी अत्यंत आवश्यक है।

जिस तरह डॉ. मोरवे रोशन के., और उनके सह–संपादको ने अपने कोविड–19 महामारी खंड II और V मे कोविद कि जीवनी का परिचय कविता के माध्यम से बहुत ही सुन्दर ढ़ंग से प्रस्तुत किया है। **प्रकाशित कविता संग्रहो मे वे सराहणीय हैं।** जिस तरह से किसी भी सिक्के के दो पहलू होते हैं, उसी प्रकार से, इस महामारी के भी दो पहलू सामने आये हैं सकारात्मक व नकारात्मक। सकारात्मक पहलू जैसे पहले व्यक्ति की जिंदगी में इतनी भागदौड़ थी वह, पैसे तो कमाता था। परन्तु, वह न तो अपने लिये समय निकाल पाता था, न ही उसके पास अपने परिवार के लिये वक्त था। उसकी जिंदगी सिर्फ पैसे कमाने तक ही सीमित हो गयी थी और किसी भी चीज के लिये उसके पास वक्त ही नहीं था, लेकिन आज के समय में सभी अपने परिवारों के साथ समय व्यतीत कर रहें हैं। तथा, व्यक्ति के अंदर इस भावना का भी विकास हुआ है कि, सीमित संसाधनों से भी इच्छा पूर्ति की जा सकती है। तथा, अनावश्यक फिजूल खर्ची से भी बचा जा सकता है। इसी प्रकार के कुछ असकारात्मक बदलाव प्रत्येक मनुष्य के जीवन में अवश्य ही आये

होगें। लेकिन, इस महामारी के सकारात्मक प्रभावों से ज्यादा नकारात्मक प्रभाव है और हमें उनको खत्म करने की तरफ ध्यान केन्द्रित करना होगा। तभी पूरा देश इस खतरनाक वायरस की चपेट से बाहर आ सकता है।

यदि, इसके नकारात्मक पहलूओं की तरफ ध्यान दिया जाये तो, एक मुख्य तथ्य सामने आता है कि, कोरोना वायरस का सबसे ज्यादा नकारात्मक प्रभाव हमारे देश की अर्थव्यवस्था पर पड़ा है। इस वायरस के कारण देश की अर्थव्यवस्था एक मुश्किल दौर से गुजर रही है। देश भर में लाकडाउन होने की वजह से, सारे फैक्ट्री, ऑफिस, मॉल्स, रेस्टोंरेंट, व्यवसाय व उद्योग धंधे आदि बंद पड़े हैं। जिसके कारण आर्थिक वृद्धि कद काफी हद तक प्रभावित हुयी है। जिसकें कारण देश को काफी नुकसान हुआ है।

खासकर इसका सबसे ज्यादा प्रभाव गरीब व मजदूर वर्ग पर देखने को मिला है जिनके पास अय के पर्याप्त साधन होते हैं व उनके दैनिक क्रियाकलापों के द्वारा उनकी रोजी रोटी की व्यवस्था हो पाती है। ऐसे समय में देश के समक्ष इन परिस्थितियों का सामना करने के लिये काफी बढ़ा संकट खड़ा हो गया है। जैसा कि, हम सभी जानते हैं कि, हमारे देश की 75% से अधिक जनसंख्या कृषि पर निर्भर है व उसी केक द्वारा किसानों के परिवारों का भरण पोषण होता हैं, तथा वह हमारे देश की अर्थव्यवस्था में एक अहम भूमिका निभाते हैं। लॉकडाउन के दौरान देश का आयातनिर्यात व्यवस्था पर भी नकारात्मक प्रभाव पडा है। भारत काफी बड़ी मात्रा में अपनी वस्तुओं का आयात, अन्य देशों अन्य देशों को करता है तथा उसके द्वारा, देश को जो लाभ प्राप्त होता है, उसका उपयोग अन्य आवश्यक कार्यों को पूरा करने में किया जाता है। लेकिन इस महामारी के कारण, आयात निर्यात पूरी तरह से ठप हो गया है व इसके कारण देश को काफी नुकसान हुआ है।

विश्वव्यापी लॉकडाउन के कारण कई लोंगों के रोजगार चले गये हैं। अब उनकी आमदनी कोई जरिया नहीं है।

क्या वह भूखे मर रहे हैं?

कहीं कहीं तो हालात इतने खराब हो गये हैं कि वह सड़कों पर आ गये हैं। वह लोग अपना दैनिक जीवन यापन भी ठीक से नहीं कर पा रहे हैं। उनके पास अपना व अपने परिवार तक का पेट भरने के लिये पैसा नहीं है। भारत में अधिकांश गरीब मजदूर उद्योंगों व दुकानों में काम करते हैं। तथा आर्थिक

मंदी की स्थिति में उनके मालिकों के द्वारा उन्हें काम से निकाल दिया जाता है। जिसके कारण उसके पास रोजगार व आमदनी का कोई जरिया नहीं बचा है व वह खुद को काफी बेबस व असहाय पा रहे हैं जो कि, वास्तव में हमारे देश के लिये एक बड़ी समस्या है।

हालांकि, भारत सरकार के द्वारा ये घोषणा की गयी है व सरकार के द्वारा समय-समय पर प्रयास भी किये जा रहे हैं कि, कोई भी व्यक्ति भूखा न रहे व सभी के लिये पर्याप्त अन्न व राशन की व्यवस्था की जायेगी लेकिन उसके बावजूद भी हमारे देश के हालात ऐसे हैं कि भूखें गरीबों की कतारें बहुत लंबी है और खाने की पर्याप्त मात्रा भी उनके पास नहीं है। जिससे, उनका भरण पोषण भी हो सके। कभी-कभी ऐसा भी प्रतीत होता है कि, जब कुछ भी नकारात्मक होता है तो, उसका सबसे बुरा प्रभाव गरीब वर्ग को ही भुगतना पड़ता है जैसे कि, गरीब होना ही एक अभिशाप हो।

समाज के दो मुख्य वर्ग होते हैं, अमीर व गरीब कोरोना वायरस नामक महामारी के इस संकट काल के समय में लाखों लोग जो कि, सुविधासम्पन्न है या ये कह सकते हैं कि, जिनके पास जीवन यापन की सम्पूर्ण सुविधायें हैं, वह ऑनलाइन डिलीवरी व सिस्टम व डिजीटलाइजेशन का सम्पूर्ण लाभ ले रहें हैं व सुगम जीवन यापन व्यतीत कर रहे हैं वहीं दूसरी ओर एक ऐसा तबका है जो अपना जीवन यापन भी सही से नहीं कर पा रहा है। उसके पास पर्याप्त साधन तक नहीं है। उसे, रोजी रोटी का सामना करना पड़ रहा है व वह वर्ग सड़कों पर आने को मजबूर हो गया है। वह मजदूर जो, हमारे देश की अर्थव्यवस्था को चलाते हैं, आज के इस महामारी के दौर में खुद को बेरोजगार, भूखा व असहाय पा रहे है। यह कैसी विडंबना है कि, जिन मजदूरों के कारण हमारी अर्थव्यवस्था का चक्र चलता है। जिनके, कठोर परिश्रम के द्वारा हमारे घर की रोजी रोटी चलती है आज, यही इस महामारी के दौर में इतने बेवस व लाचार हैं। ऐसा प्रतीत होता है जैसा कि, वो इतनी बड़ी दुनिया में अनाथ हो गये हैं।

हमारे देश की वित मंत्री निर्मला सीतारमण जी के द्वारा भी अर्थव्यवस्था की मजबूती के लिये कई राहत पैकेज की घोषणा की गयी है ताकि, इस संकट काल के समय हुये क्षति की पूर्ति हो सके व भारत की अर्थव्यवस्था जिसमें काफी नुकसान हो गया है। वही, सुचारु रुप से चल सके उनके द्वारा समय समय पर पैकेजों की घोषणा की गयी है। जैसे, यदि कृषि क्षेत्र में व्यापपक सुधार की बात करते हैं तो, उसमें कृषि क्षेत्र से जुड़े व्यक्तियों की समस्याओं व परेशानियों को दूर करने का उद्देश्य दिखाई दे रहा है। वित मंत्री के द्वारा कृषि के क्षेत्र में 1.63 लाख करोड़ रुपये के पैकेज का ऐलान किया है। उन्होंने आत्मनिर्भर भारत के लिये देश की रीढ़ माने जाने वाले खेती–किसानी पशुपालन, डेयरी, मछलीपालन जैसे व्यवसायों के

लिये यह घोषणा की है। जससे, देश की अर्थव्यवस्था में सुधार हो सके व किसानों की आर्थिक स्थिति में भी सुधार हो सके।

इस बात में कोई दोहराय नहीं है कि, कोविड–19 व कोरोना वायरस महामारी के कारण हर एक क्षेत्र वह चाहे कोई भी हो प्रभावित हुआ है। यदि, हम शिक्षा के क्षेत्र की बात करते हैं तों, यह बात सामने आती है कि, शिक्षा का क्षेत्र भी इस वायरस के कारण बहुत अधिक प्रभावित हुआ है। शिक्षा से तात्पर्य बालक के व्यवहार में वांछित परिवर्तन लाना है। शिक्षा से बालक की मूल प्रवृत्तियॉं परिमार्जित होती। मूल प्रवृत्तियों के परिमार्जन में मनोविज्ञान, तकनीकी तथा विज्ञान अपना प्रभावपूर्ण योगदान शिक्षा के क्षेत्र में प्रदान करता है। अतः शिक्षा स्वयं में एक आत्मनिर्भर (Independent) प्रत्यय नहीं है वरना् यह, तकनीकी विज्ञान से सम्बन्धित है। तकनीकी विज्ञान बालकों के व्यवहार के अध्ययन में शिक्षा की मदद करता है और साथ ही, उनमें परिमार्जन तथा, संशोधन के लिए दिशा–निर्देश प्रदान करता है।

वर्तमान में शिक्षा के क्षेत्र में बहुत अधिक परिवर्तन आ गये हैं व शिक्षा के क्षेत्र का एक नया पहलू या कह सकते हैं कि, नया रुप उजागर हुआ है। कोरोना वायरस के इस दौर में डिजीटलाइजेशन को काफी बढ़ावा मिला है। शिक्षा क्षेत्र में कई तरह के परिवर्तन आ गये हैं। शिक्षा के क्षेत्र में नई नई तकनीकें को बढ़ावा मिला है आज सभी विद्यार्थी घर बैठकर ही ऑनलाइन शिक्षण के द्वारा पढ़ाई कर रहे हैं। जूम, गूगल मीट, वैवेक्स, यूट्यूब आदि प्लेटफॉर्म के द्वारा ऑनलाइन पढ़ाई कर रहे हैं। लेकिन, यहां पर यह एक महत्वपूर्ण प्रश्न सामने आता है कि, क्या सभी विद्यार्थी शिक्षा के इन माध्यमों का सम्पूर्ण लाभ उठा पा रहे हैं?

हमें यह विचार करना होगा क्योंकि, हमारे देश की सबसे अधिक आबादी गांवों में निवास करती है। तथा, एक बड़ा वर्ग गरीब लोंगो का है। यदि हम गांव की बात करते हैं वहां, ऑनलाइन शिक्षण में सबसे बड़ी समस्या वहां इंटरनेट का प्रयोग न कर पाने की है। अधिकांश गांवों में इंटरनेट कनेक्शन उपलब्ध नहीं हो पाता है। इस स्थिति में वह बच्चे ऑनलाइन शिक्षा का लाभ कैसे उठा सकते हैं। दूसरी एक मुख्य बात यह भी है कि, एक सामान्य विद्यार्थी जिसको दिन में 1 जीबी या 1.5 जीबी डाटा की सुविधा ही अपने मोबाइल में मिल पाती है। वो, इसका पूर्ण रुप से लाभ कैसे ले सकते हैं। क्योंकि, डाटा की सीमितता के कारण इस स्थिति में उनके लिये यह संभव नहीं हो सकता है। किवह एक या दो से ज्यादा कक्षाओं में उपस्थित हो सकें जबकि, एक दिन में तीन, चार या उससे ज्यादा कक्षा ही एक दिन में हो सकती है। ऐसी परिस्थिति में सरकार के द्वारा यह प्रयास किया जाना चाहिये के ऐसे विद्यार्थियों की तरफ भी ध्यान दिया

जाये। तथा, इनके लिये स्मार्टफोन, लैपटॉप रखने की आर्थिक व सामाजिक शक्ति को विकसित कर सकें तथा केवल, यही पर्याप्त नहीं होगा इसके साथ उनमें कैंपस में उपस्थित रहकर शिक्षा ग्रहण करने की क्षमता का भी विकास करने का प्रयास करना होगा।

दूसरी बात यह भी है कि, ऑनलाइन शिक्षण के दौरान अभिभावकों की भी विशेष भूमिका होगी। उन्हें, यह अवलोकन करना होगा कि, उनका बच्चा कहाी ऑनलाइन कक्षा के कारण स्मार्टफोन का आदी तो नहीं हो रहा है। उसके अंदर कोई गलत प्रवृत्ति तो विकसित नहीं हो रही है? वह बच्चा ऑनलाइन कक्षा के बहाने इंटरनेट पर उपलब्ध किसी और अनुचित चीज जैसे साइबर क्राइम की तरफ तो आकर्षित नहीं हों रहा है? अतः इन सभी की ओर अभिभावको को विशेष ध्यान देना होगा क्योंकि, बच्चे के प्रथम शिक्षक उनके अभिभावक ही होते हैं।

तब, इस स्थिति में माता पिता की यह जिम्मेदारी बनती है कि, वो अपने बच्चे को उचित अनुचित का ज्ञान करायें व उसे उचित मार्गदर्शन प्रदान करें, क्योंकि छोटे बच्चों का मष्तिष्क बहुत ही कोमल होता है। यदि, वह कोई अच्छी चीज देखते हैं तो, उस पर अमल कर लेतें हैं तथा, इसी प्रकार से यदि, कोई गलत चीज देखते हैं तो, उनका उसकी तरफ भी आकर्षित होना स्वाभाविक है।

जैस-जैसे आनलाइन कक्षा का चलन बढ़ता जा रहा है, वैस-वैसे बच्चे के मानसिक स्तर पर भी कई तरह के परिवर्तन स्पष्ट रुप से देखने को मिले हैं। आज के समय में बच्चा अपना आधे से ज्यादा समय स्मार्टफोन में व्यतीत कर रहा है। जिसके कारण उसे एक ओर तो कई तरह की मानसिक परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। वहीं, दूसरी ओर आंखों की समस्या का सामना करना पड़ रहा है। क्योंकि, इतना ज्यादा समय स्मार्टफोन में व्यतीत करने के बाद इन सभी समस्याओं का आना स्वाभाविक है। विदेशों में कहीं कहीं 18 वर्ष से कम उम्र के बच्चों के द्वारा मोबाइल फोन प्रयोग करने पर पूर्णतया प्रतिबंधित है। तथा, इस संबंध में वहां की सरकारों द्वारा दिशानर्देश भी जारी किये गये हैं। इसी प्रकार, कुछ कदम भारत सरकार के द्वारा उठाये जाने चाहिये। हमारे देश में जन्म के तीन-चार महीने बाद से ही स्मार्टफोन में वीडियोज आदि दिखाया जाता है। तथा, जैसे-जैसे बच्चा थोड़ा बड़ा होता जाता है, वह उसे अपनी आदत में शामिल कर लेता है।

आनलाइन कक्षा के संबंध में, एक प्रश्न यह भी उठता है कि, इसके द्वारा शिक्षक व छात्र के मध्य भावनात्मक संबंध कैसे स्थापित हो सकता है। जो कि, शिक्षक व उसके छात्र के बीच होना चाहिये।

ऑनलाइन प्लेटफार्म के द्वारा बच्चा सामाजिकता से बिल्कुल दूर होता जा रहा है। क्योंकि, अब उसका ज्यादा से ज्यादा समय स्मार्टफोन्स में व्यतीत हो रहा है। तब, इस स्थिति में कहीं ऐसा न हो कि, बच्चा सिर्फ अपने मोबाइल तक ही सीमित हो जाये और उसे किसी भी बात की रिश्ते नातों की खबर ही न हो। कहा जाता है कि, जब कोई भी चीज नयी होती है, तो उसे स्वीकार करना थोड़ा मुश्किल होता है। परन्तु, समय के साथ-साथ व्यक्ति उसे अपने जीवन-यापन में शामिल कर लेता है व उसके साथ सामंजस्य स्थापित कर लेता है। वैसे ही, यह बात आनलाइन शिक्षण के सन्दर्भ में भी लागू होती है।

अभी, इसकी शुरुआत है। तथा, शुरुआत में कुछ समस्याऐं आना स्वाभाविक है। लेकिन, समय के साथ साथ इसे स्वीकार कर लिया जायेगा। किन्तु, इसके द्वारा होने वाले प्रतिकूल प्रभावों को भी नकारा नहीं जा सकता। ऐसी स्थिति में शिक्षकों का भी यह कर्तव्य बनता है कि, वह अपने विद्यार्थी के साथ उचित तालमेल बिठाने का प्रयास करे। तथा, कक्षाओं के मध्य में थोड़ा समय प्रदान करें। तथा, इसके पश्चात् दूसरी कक्षा का प्रारम्भ करें। तथा, कक्षओं का समय भी इतना लम्बा न हो कि, बच्चा उसमें रुचि लेने के बजाय बोर होने लगे। इस स्थिति में, अभिभावकों की भी यह जिम्मेदारी बनती है कि, वह अपने बच्चे का सहयोग करे व साथ-साथ थोड़ा ध्यान देने की आवश्यकता भी होगी।

शिक्षकों को भी यह समझना होगा कि उन्हें। तकनीक के जरिये शिक्षण कार्य तो करना है लेकिन, उस तकनीक को पूरी तरह से खुद पर हावी न होने दें। उपरोक्त, सभी तथ्यों के आधार पर यह कहा जा सकता है कि, कोरोना वायरस महामारी के कारण समाज में रहने वाले प्रत्येक व्यक्ति के जीवन में कई प्रकार के सकारातात्मक व नकारामक बदलाव आयें हैं। देश का कोई भी क्षेत्र इस महामारी के प्रकोप से अछूता नहीं रहा है लेकिन, सभी के द्वारा अपने- अपने स्तर पर इस महामारी से निपटने के प्रयास किये जा रहे हैं। तथा, अवश्य ही एक दिन सफलता प्राप्त होगी। परन्तु, तब तक हमें इसके सकारात्मक पहलुओं की तरफ ज्यादा ध्यान देने की आवश्यकता है व नकारात्मकता से दूर रहने का प्रयास करना होगा।

**सन्दर्भ सूची**


- सिंह, रामपाल. (1983). *शिक्षा में नव चिंतन,* विनोद पुस्तक मन्दिर आगरा।
- कुलश्रेष्ठ, एस. पी. (1981). *शैक्षिक तकनीकी,* आर. लाल, मेरठ।
- एल. के ओड़. (1990). *शिक्षा के नूतन आयाम,* राजस्थान हिन्दी ग्रन्थ, अकादमी, जयपुर।
- कुलश्रेष्ठ, एस. पी. एवं कुलश्रेष्ठ एस. के. *शैक्षिक तकनीक के मूल आधार,* आर. एल. मेरठ।

- Kortas, Cyrine, & Morve, Roshan K. (06 July 2020). *Covid 19 Pandemic Poetry. Vol. III. Chapter: Introduction. Kanyakumari, India:* Cape Comorin Publisher. <https://archive.org/details/covid-19-pandemic-poems-intro-morve-roshan-vol-iii>.
- Kortas, Cyrine, & Morve, Roshan K. (July 2020). *Covid 19 Pandemic Poetry. Vol. IV. Chapter: Introduction. Editor: Ara Mithilee M L. Kanyakumari, India*: Cape Comorin Publisher. <https://www.capecomorinpublisher.com/img/newarrivals/covid-19%20Pandemic%20Poems%20Volume%20IV.pdf>.
- Morve, Roshan K. (July 2020). *Covid 19 Pandemic Short Stories. Vol. I.* Chapter: Introduction. Editor, Dr Regin Silvest and Ara Mithilee M. L. Kanyakumari, India: Cape Comorin Publisher. <https://www.capecomorinpublisher.com/img/newarrivals/covid->.
- ---., & Raman Takiya. (Editors). Ebook. *Covid-19 Pandemic Poems: A Collection of Multilingual Poetry. कोविद–19 विश्वव्यापी महामारी कविताः बहुभाषी कविता संग्रह. Volume V.* Kanyakumari, India: Cape Comorin Publication, Press. 01 August 2020. Pp: 1 – 160. <https://www.academia.edu/44150942/Covid_19_Pandemic_Poems_Volume_V>.
- ---., & R S Regin Silvest. (Editors). *Covid-19 Pandemic Poems Volume II. Kanyakumari, India*: Cape Comorin Publication, Press, 22 June 2020. Pp: 1 – 58. <https://www.academia.edu/43408521/Book_Covid_19_Pandemic_Poems_Volume_II>.
- ---., & Niyi, Akingbe. *"Climate Change in Literature." Cafe Dissensus:* We Dissent, Guest-Editorial Issue 54 (31 August 2020). New York City, USA. https://archive.org/details/dr-morve-roshan-k-cafedissensus-climate-changein-literature-special-issue-54-31-aug-2020.
- ---., Ed. (June 2020). *Special Issue, "Covid-19 Pandemic."* Cape Comorin Publisher, India. <https://www.capecomorinjournal.org.in/Special-issue-view?Id=14>.
- Ober, R.L., & Ernest, L.B. (1971). *Systemic Observation of Teaching,* Prentice hall, New Tersy.
- Rayans, D.G. (1969). *Characteristics of Teachers*.

# अध्याय 3

# कोविड–19: शिक्षा के क्षेत्र पर प्रभाव

***डॉ. अनूपी समैया***

असिस्टेंट प्रोफेसर,

डॉ. हरीसिंह गौर केंदीय विश्वविद्यालय, सागर, म.प्र.

**सार संक्षेप**

**भा**रत में कोविड–19 महामारी का प्रभाव शिक्षा के क्षेत्र में भी देखने को मिला है। शिक्षा क्षेत्र में जुड़े लोगों को शिक्षण माध्यमों के नए विकल्पों और संसाधनों पर विचार करने पर विवष किया है। विद्यालय, महाविद्यालय या विश्वविद्यालयों ने जूम, गूगल क्लासरूम, माइक्रोसॉफ्ट टीम, स्काइप जैसै, प्लेटफॉर्मो के साथ–साथ यूटयूब, व्हाट्सएप आदि के माध्यम से ऑनलाइन शिक्षण का विकल्प अपनाया है। अतः इन सभी विकल्पों और संसाधनों का उपयोग कर दूरस्थ शिक्षा का एक मजबूत आधार स्थापित किया जा सकता है। जिससे भविष्य में सभी के लिये कम लागत में भी शिक्षा की पहुॅच सुनिश्चित की जा सके। जहां चुनौती होती है वहां अवसर भी होते हैं, जहां समस्या होती है, वहां उसके समाधान भी निहित होते हैं। कोरोना महामारी के पष्चात् षिक्षा के क्षेत्र में ही आगे ऑनलाइन एवं ऑफलाइन विकल्प पर विचार करना होगा। तभी बालक के व्यक्तित्व का सर्वागीण विकास किया जा सकता है।

**मुख्य शब्दः** कोविड–19, ऑनलाइन षिक्षा, शिक्षकों की चुनौतियॉ, छात्रों की चुनौतियॉ, संस्थानों की चुनौतियॉ।

**प्रस्तावना**

देश और दुनिया बड़ी विपत्ति से घिरी है। बहुत विकट समय है, समस्या गहरी है। कोरोना वायरस के हर दिन नए लक्षण सामने आ रहे हैं, एन.एच.एस. ने शुरूआत में खॉसी और बुखार इसके प्रमुख लक्षण बताए थे, लेकिन अब इस लिस्ट में एक नया लक्षण जुड़ गया है, एक्सपर्ट्स ने दावा किया है कि, कोरोना से संक्रमित व्यक्ति को बोलने में भी बड़ी दिक्कतें होती है, यदि वह एक्सपर्ट द्वारा बताई गई गाइडलाइंस का ठीक ढ़ंग से पालन करेंगे तो, निश्चित ही वह बिना किसी इलाज के ठीक हो सकते हैं। केवल गंभीर मामलों में ही डॉक्टर या अस्पताल से संपर्क करने की जरूरत होती है। यह आवश्यक नहीं है कि, सभी मरीजों में बोलने या संवाद करने की दिक्कत नजर आए, बाकी लक्षणों की तरह ये लक्षण भी छिप सकता है या, देरी से सामने आ सकता है। पहले भी कुछ लक्षण सामने आये है, जैसे—जुबान से स्वाद गायब होने और कान में दबाव होने जैसे लक्षणों का खुलासा किया उचित समय आने पर ही समस्या का समाधान होगा। समस्या हमेशा नहीं रहेगी।

कोरोना पर नियंत्रण के लिए लॉकडाउन एक अनुष्ठान है। मनुष्य का इतिहास देखेंगे तो पाएंगे कि, कितनी भी विकट परिस्थितियां हो, जीने की इच्छा इतनी बलबती रही है कि उसने हर हताशा और निराशा को परास्त किया है। उठकर जीवन की ओर नई आषा से, नई उर्जा से देखा है। हर विपत्ति का हमने धैर्य, विवेक और कर्मठता से सामना किया है। यह दौर भी वैसा ही है। हताश और निराश होने की आवष्यकता नहीं क्योंकि हममें जीने की जिजीविशा है। यह समय हमें नए अनुभव दे रहा है। थोड़ा ठहरकर ध्यान लगाकर इसे देखने की कोषिश कीजिए। हमें ऐसा ध्यान लगाना है, जो आत्मकल्याण में सहायक हो और इसके लिए बैठकर आत्मचिंतन करना होगा। अपने प्रति, अपने परिवार के प्रति और दूसरों के प्रति, देश के प्रति। संघर्षमय जीवन का उपसंहार ही हर्षमय होता है।

एक—दूसरे के प्रति प्रेम ही जीवन की सार्थकता है। इसलिए पहले आपको चिंता का त्याग करना है। इसमें बहुत उर्जा और समय नष्ट होता है। इसलिए चिंता छोड़ो, साहस को जोड़ो। साहस से ही गाड़ी आगे की ओर बढ़ चलेगी, लेकिन इसके लिए व्यक्तिगत, परिवार और राष्ट्रीय स्तर पर हमें अपनी जिम्मेदारी निभानी होगी। हमें इसे एक अवसर के रूप में लेना चाहिए, तय करना है पूरे विष्व के लिए नई दिशा तय कर सकता है, अगर रास्ते बंद हैं तो, इनका भी मूल्य समझिए कि, हम घरों में बंद रहकर जीवन को फिर से नए ढ़ंग से जीना सीख रहे हैं। और इसका कितना फायदा हुआ है, वह बहुत अमूल्य है। इसका आपको अंदाजा भी नहीं है, आप अपने परिवार के पास, अपने वातावरण के पास आ गए हैं। प्रदूषण घट गया है,

प्रकृति फिर नई हो रही है। तो क्या इस बार और रूके समय में हम अपने को साहस के साथ नया नहीं कर सकते, बदल नहीं सकते, धैर्य और संयम के साथ। विवेक और कर्मठता के साथ। संयम का महत्व समझ आ रहा हैं, प्रकृति के साथ तालमेल रखने वाला ही हर्ष का जीवन बिता सकता है। हर्षमय जीवन का एक अर्थ यह भी है कि, एक-दूसरे से ऐसे प्रेम करो कि, स्वर्ग भी धरती पर आने को आतुर हो जाए। वह प्रेम सिर्फ मनुष्य के साथ ही नहीं, पेड़–पौधों, जीव–जंतुओं, हवा और पानी से भी हो। इसी प्रेम से धरती पर स्वर्ग आएगा, अहिंसा का सिंद्धांत इसके मूल में है। प्रकृति में रहने वाला मनुष्य ही अपनी आत्मा का उद्धार कर सकता है। प्रकृति विरूद्ध आचरण करने वाला कितना भी ज्ञान प्राप्त क्यों न कर ले, वह ज्ञान उसके किसी काम नहीं आता है।

लॉकडाउन के विभिन्न परिणाम वर्तमान में देखने को मिल रहे है और भविष्य में देखने को मिलेगे। जैसे, ब्रहमांड में हर बात के दो पहलू है, एक सकारात्मक और दूसरा नकारात्मक। लॉकडाउन का सकारात्मक पहलू यह है कि, हम अपनी बुनियादी आवश्यकताओं की सीमा को जान गए है। परिवारों में प्यार और समर्पण की भावना देखने को मिल रही है।

पड़ोसियों के साथ सद्धभावना, परस्पर सहयोग की भावना के साथ प्रकृति की इतनी साफ–सुथरी छवि कभी देखने को नहीं मिली। अगर हम ऐसे ही हमेशा प्रकृति को दूषित न करने का प्रण करें, तो शायद हम प्रकृति एवं भारत माता का कुछ श्रृण चुका सकेंगे। साथ ही हमें डॉक्टर्स, नर्स, स्वास्थ्यकर्मी, सफाई कर्मी, पुलिस एवं समस्त सरकारी और गैर–सरकारी लोगों को तहे दिल से शुक्रगुजार होना चाहिए, उनकी प्रशंसा करनी चाहिए जो, अपनी जान जोखिम में डालकर इस संकट में जी–जान से मदद कर रहे हैं। तथा, हमें बीमारी से लड़ना है, बीमार से नहीं, उनसे किसी प्रकार से भेदभाव न करें।

शिक्षा के क्षेत्र में ही आगे ऑनलाइन एवं ऑफलाइन विकल्प पर विचार करना होगा। पुरानी शिक्षण पद्धति पर लौटना होगा। ऑनलाइन परीक्षाओं में बहुविकल्प परीक्षा यानि एम.सी.क्यू, खुली पुस्तक परीक्षा एवं असाइनमेंट, प्रोजेक्ट के माध्यम से परीक्षाएँ ली जानी चाहिए। तथा, बीच–बीच में कक्षाएँ, जो गूगल क्लासरूम/जूम के माध्यम से किया जाना चाहिए। ईमेल के माध्यम से ंअसाइनमेंट प्राप्त किये जा सकते है। लॉकडाउन ने वर्चअल क्लास को मान्यता दिला दी है। शिक्षक एवं विद्यार्थिओं के बीच अर्न्तक्रियाएँ बढ़ गई। आज विद्यार्थी एवं शिक्षक दोनों ही ऑनलाइन काम करना सीख रहा है और बहुत कुछ सीख गया।

लॉकडाउन का नकारात्मक पहलू यह है कि, दुनिया भर की अर्थव्यसस्था पर कोविड–19 का बेहद नकारात्मक असर पड़ा है। इसका अंदाजा इससे लगा सकते हैं कि, वैश्विक जी.डी.पी वृद्धि दर में भारी कमी आ चुकी है। भारत में भी वृद्धि दर कम रहने की आशंका है। हालांकि भारत सकारात्मक वृद्धि दर देखने वाले चुनिंदा देशो से होगा। नकारात्मक आर्थिक प्रभाव को नियंत्रित करने के लिए सरकार ने 20 लाख करोड़ रूपए के राहत पैकेज की घोषणा की है, जो देश की जीडीपी का लगभग 10 प्रतिशत है।

ज्यादातर उपायो का उददेष्य अर्थव्यवस्था के विभिन्न क्षेत्रों को तरलता प्रदान करना है और साथ ही साथ भारतीय व्यवसायों और देश को ज्यादा आत्मनिर्भर बनाना है। 2020 की शुरूआत से ही, देश का शेयर बाजार लगभग 20 प्रतिशत तक नीचे चला गया है और इक्विटी म्युचुअल फंड निवेशक बेसब्री से तेज वापसी का इंतजार कर रहे हैं, जो बहुत हद तक इस पर निर्भर करेगा कि अर्थव्यवस्था में किस प्रकार की रिकवरी होगी और खपत से जुड़ी मांग वापस कितनी तेजी से आएगी। इस बीच, भारत में आर.बी.आई सहित दुनिया भर के क्रेंदीय बैंको ने अर्थव्यवस्था में प्राण फॅकने के लिए राहत उपायों की घोषणा की है। आगे की सह उतार–चढ़ाव भरी हो सकती है, लेकिन सही योजना से, निवेशकों के लिए शेयर बाजार के उतार–चढ़ाव के अनुसार चलना आसान हो सकता हैं। यहॉ पर कुछ टिप्स दिए गए हैं, जिनकी जानकारी हर निवेशक को होना जरूरी है, ताकि वे इस समय का सर्वोत्तम उपयोग कर सकें। विविधता को अपनाना, गिरावट का इंतजार न करें, एस.आई.पी को जारी रखें बाहर निकलने की रणनीति।

तथा, मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित समस्यायें भी बढ़ी है। जैसे, चिंता, अवसाद, अकेलापन, अकेलापन, संगे सम्बन्धियों का साथ छूटना, आत्महत्या; जैसे, नकारात्मक विचार; जैसे, लक्षण प्रकट हो रहे है और आगे आने वाले समय में ये मानसिक समस्यायें बहुत दिनों तक चलेगी। एवं, कई अन्य मानसिक बीमारियॉ उभर कर सामने आयेगी। जब, व्यक्ति को अपनी किसी समस्या का समाधान सीधे समाधान नहीं मिलता तब, अपने भूतकाल में घटी घटनाओं में चले जाते है।

ज्यादा सोचते रहते है, जबकि उस घटना को बदला नहीं जा सकता फिर भी उसके बारे में बार–बार सोचते रहते है और चितिंत हो जाते है। लेकिन, निराशा ही हाथ लगती है और जिसके परिणामस्वरूप व्यक्ति के व्यवहार में परिवर्तन देखने को मिलता है। घबराहट, हताशा हमें परेशान कर देती है। जो, हमारे वर्तमान को भी खराब कर देती है और यदि भविष्य के बारे में ज्यादा सोच–विचार करते है, ज्यादा योजनाये बना रहे है, परेशान हो रहे है और उदास होकर किसी से बात तक नहीं कर पा रहे है, तब सब बेकार है। चुपचाप गुमसुम बैठे रहने से जीवन बोझ के समान प्रतीत होने आत्महत्या के ख्याल आने

लगते है और ऐसे विचार बार–बार आने से आत्महत्या के लिए छोटे–छोटे प्रयास किये जाते है और वैसे ही दृष्य की अनुभूति प्रत्यक्ष भी होती है।

मोबाइल, टी.वी., कम्प्यूटर्स का निष्चित सीमा में ही अधिक प्रयोग होने से अनियमित दिनचर्या जिसमें नींद न आना, आंखो से संबंधित समस्यायें हो रही है, विशेषज्ञ मानते हैं कि, बच्चों की आंखें बड़ों की अपेक्षा ज्यादा संवेदनषील होती है, उनमें लचीलापन ज्यादा रहता है, ऐसे में लगातार सुबह से देर रात तक टी.वी., मोबाइल या लैपटॉप देखने से सिरदर्द, ऑखों में खुजली, धुंधलापन की शिकायतें बढ़ रही हैं। 5 से 10 साल तक के बच्चों में इसका ज्यादा प्रभाव पड़ रहा है, आंखों से पानी बह रहा है, आंखें चुभ रही हैं, ऑखें लाल हो रही है। आंखों में थकावट होने से याददाश्त पर पड़ सकता है विपरीत प्रभाव। डॉक्टर के अनुसार टीवी की अपेक्षा मोबाइल के स्क्रीन छोटे होते है। इसमें आंखों पर दबाब ज्यादा पड़ता है। जिससे आंखों में सूखापन की समस्या हो सकती है। इसके साथ एलर्जी, आंखों में दर्द, सिर में दर्द, दृष्टिदोष हो सकता है।

हमारे शरीर की इम्युनिटी ही कोरोना की दवाई है तो हमें अपना ध्यान इम्युनिटी बढ़ाने पर देना चाहिए। यदि, आप इस बीमारी को मात देना चाहते हो तो, हमें यह सीखने की बहुत आवष्यकता है कि, किन चीजों से इम्युनिटी बढ़ती या घटती है। प्रतिरोधक क्षमता बढा़ने हेतु दिन–भर गर्म पानी पीना, रोजाना योगासन, प्राणायाम और ध्यान या खेल का कम से कम 30 मिनिट अभ्यास किया आये। घर का बना युद्व भोजन, खाना बनाने में हल्दी, जीरा, धनिया, अदरक, लहसुन का इस्तेमाल किया जाये आंवला, खट्टे फल एवं अन्य फल, हरी सब्जियॉ, दालें, गुड़, तुलसी व अन्य आयुर्वेदिक पेय पदार्थ, दूध, दही, लस्सी, घी इत्यादि। भाप लेना ताजी मिंट की पत्तियो या कार्डवे के बीजों की दिन में एक बार तथा दिन में दो से तीन बार लौंग के पाउडर में शहद या शक्कर के साथ मिलाकर खाना। मैदा वाली चीजे, रिफाइंड आयल, चीनी, जंक फूड बिल्कुल न खाये और इसे अपनी दिनचर्या हमेशा के लिए शामिल करना होगा। इन बातों को अपनाकर अपनी इम्युनिटी को इतना मजबूत कर सकते है कि, कोरोना को मात दे सकते है।

लॉकडाउन में संकल्प लीजिए कि अहिंसा के सिद्धांत पर चलेंगे। जीवन में निराश न हो, बल्कि बहुमूल्य जीवन का महिमागान करें और सकारात्मक सोच अपनाएं। यदि ईष्वर समास्या भेजते है, तो उसका समाधान भी भेज देते है। आग समस्या है, तो पानी उसका समाधान है। रोग का समाधान स्वास्थ्य है, लेकिन मन एक ऐसा तत्व है कि, मन की समस्या का समाधान स्वयं नही है जो, मन नकारात्मक है वो, मन सकारात्मक भी है। प्रसन्नता परमात्मा का पर्याय है, वही परमपद है। नकारात्मक सोच उलझने पैदा करती

है। अपने मन के साथ संवाद कीजिए। यें संवाद ही, हमें समाधान दे सकते है। जन्म–मुत्यु हमारे हाथ में नहीं लेकिन, जीवन हमारे हाथ में है। तो इस जीवन को नकारात्मक सोच से बर्बाद करने के बजाय मन को सकारात्मक सोच से समद्ध बनाए। जो व्यक्ति रात को मन में संतोष लेकर सोता है और सुबह मन में उत्साह लेकर उठता है, वही सही मायनों में आध्यात्मिक है।

हाल ही में भारत देष में कोविड–19 महामारी और इसके नियंत्रण के लिये लागू लॉकडाउन के बीच अकादमिक नुकसान से बचने और छात्रों के हितों को ध्यान में रखते हुए'विष्वविद्यालय अनुदान आयोग' ने शैक्षणिक कैलेंडर में कुछ बदलाव किया है। यूजीसी ने वर्तमान परिस्थितियों को ध्यान में रखते हुए नए शैक्षणिक कैलेंडर के साथ सोशल डिस्टेंसिग, ऑनलाइन कक्षाओं के संचालन, वर्चुअल लैबोरेटरीज आदि के बारे में महत्वपूर्ण सुझाव भी दिये हैं। साथ ही यूजीसी ने भविष्य में ऐसी चुनौतियों का सामना करने के लिये अध्यापकों को 'इनफॉरमेशन व कम्युनिकेशन टूल्स' आई.सी.टी. जैसी तकनीको के लिये प्रशिक्षित करने का सुझाव दिया है।

**प्रमुख बिन्दु**

यूजीसी द्वारा वर्तमान में कोविड–19 के कारण उत्पन्न हुई चुनौतियों को देखते हुए शैक्षणिक कैलैंडर और ऑनलाइन शिक्षा जैसे मुद्दों पर विचार करने हेतु दो विशेषज्ञ समितियों का गठन किया गया इनके सुझाव के आधार पर यूजीसी द्वारा वर्तमान चुनौतियों से निपटने हेतु कई आवश्यक दिषा–निर्देष जारी किये गए हैं।

जैसे, नए सत्र के लिये नामांकन की प्रक्रिया 01 अगस्त से 30 अगस्त, 2020 तक चलेगी। इसके आधार पर, पहले सेमेस्टर की परीक्षाऍ जनवरी 2021 और दूसरे सेमेस्टर की परीक्षाऍ मई 2021 से प्रारंभ होगी। लॉकडाउन के कारण हुए शैक्षणिक नुकसान की भरपाई के लिये संस्थान इस सत्र की बाकी कक्षाओं और अगले सत्र 2020–2021 और दूसरे सेमेस्टर की परीक्षाऍ मई 2021 के लिए एक सप्ताह में 5 दिन के स्थान पर 6 दिन कक्षाओं का संचालन कर सकते हैं। जिन पाठ्यक्रमों में प्रयोगशाला और परीक्षणों की भूमिका महत्वपूर्ण है उनमें 'वर्चुअल लेबोरेटरीज' के माध्यम से प्रयोग की सुविधा उपलब्ध कराई जाए। सभी संस्थानों में वर्चुअल कक्षाओं और वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग सुविधा की व्यवस्था की जाए। तथा, सभी शिक्षको को इनसे संबंधित तकनीकी प्रशिक्षण प्रदान कराया जाए। छात्रों और शिक्षकों के बीच संवाद मजबूत करने के लिये और छात्रों को नियमित रूप से मार्गदर्शन देने हेतु उचित प्रबंध किये जाने चाहिये। संस्थानों को ई–कंटेंट व ई–लैब एक्सपेरिमेंट्स तैयार कर उन्हें अपनी वेबसाइट पर अपलोड करना चाहिये जिससे छात्र

पर रहकर अध्ययन जारी रख सकें। एम.फिल. और पीएच.डी से जुड़े छात्रों को अपना शोधकार्य पूरा करने के लिए 6 माह की अतिरिक्त छूट दी जा सकती है। साथ ही इससे जुड़ी मौखिक परीक्षा वीडियो कॉन्फ्रेंस के जरिए संपन्न कराई जा सकती है।

**कोविड–19 और शैक्षिक बदलाव**

देश में कोविड–19 और इसके नियंत्रण हेतु, लागू लॉकडाउन के कारण अन्य क्षेत्रों के साथ ही शिक्षा से जुड़ी गतिविधियों पर भी गंभीर प्रभाव पड़ा है। भारत में मार्च 2020 में कोविड–19 के मामलों की शुरूआत तक देश के अधिकांश शिक्षण संस्थानों में आधे से अधिक पाठ्यक्रम पूरा किया जा चुका था।

लॉकडाउन के बाद कई शिक्षण संस्थानों में ऑनलाइन कक्षाओं के माध्यम से शिक्षण कार्य जारी रखने का प्रयास किया गया है। विशेषज्ञों के अनुसार, वर्तमान में विश्व में कोविड–19 के किसी प्रमाणिक उपचार के अभाव में इस बीमारी के अभाव में इस बीमारी के प्रसार को रोकना ही सबसे बेहतर विकल्प होगा। ऐसे में हमें अपनी दैनिक गतिविधियों में इसी के अनुरूप परिवर्तन करने होंगे। इस महामारी के दौरान शिक्षण कार्यो को जारी रखने हेतु शिक्षा क्षेत्र में कई महत्वपूर्ण बदलावों की आवश्यकता के साथ लोगों को शिक्षण पद्धति में नए प्रयोगों को शामिल करने और ई–लर्निंग के महत्व के बारे में पता चला है।

**ऑनलाइन शिक्षा पद्धति के महत्व और संभावनाएँ**

**तकनीकी को बढ़ाना**

हाल ही में 'क्रेंदीय मानव संसाधन मंत्रालय' द्वारा संचालित एक कार्यक्रम के तहत कुछ उपकरणों का निर्माण किया गया। जिससे दृष्टि–बाधित छात्र भी आसानी से प्रयोशालाओं का इस्तेमाल कर सके। केंद्र सरकार द्वारा जारी नई राष्ट्रीय शिक्षा नीति के मसौदे में एक अध्याय शिक्षा में सूचना और संचार उपकरण' यानि आईसीटी के उपयोग को बढ़ाने पर विस्तृत चर्चा की गई है। वर्ष 2019 में एम.एच.आर.डी. और एन. आइ.ओ.एस. के सहयोग से संचालित वीडियो कान्फ्रेन्स कार्यक्रम के माध्यम से 14 लाख प्राथमिक शिक्षकों का प्रशिक्षण पूरा किया गया था।

## शिक्षा की पहुँच में विस्तार

पिछले कुछ वर्षो में 'पढ़े भारत, बढ़े भारत' योजना के तहत 'राष्टीय डिजिटल लाइब्रेरी' की शरूआत की गई और ऐसे ही 'मैसिव ओपन ऑनलाइन कोर्सेज'। जैसे, मंचों से बड़ी मात्रा में आनलाइन कोर्सेस उपलब्ध कराए गए हैं। देश के कई बड़े संस्थानों ने अब अपने पाठ्यक्रमों पर ऑनलाइन अध्ययन सामग्री का निर्माण करना प्रारंभ किया है। जिससे उनसे जुड़े छात्रों के साथ अन्य संस्थानों के छात्र भी इसका लाभ उठा सकें। ऑनलाइन शिक्षा को बढ़ावा देकर ऐसे लोगों को आसानी से शिक्षा उपलब्ध कराई जा सकती है। जो किन्हीं कारणों से अपनी षिक्षा पूरी नहीं कर पाए हों।ऑनलाइन षिक्षा कुछ ही छात्रों के लिये सीमित नहीं है। अर्थात्, इसके माध्यम से एक ही समय में अधिक से अधिक छात्रों को जोड़ा जा सकता है। साथ ही, ऑनलाइन शिक्षा के माध्यम से देश दूरस्थ हिस्सों में स्थित ग्रामीण इलाकों तक भी गुणवत्तापूर्ण उच्च शिक्षा के माध्यम से देश दूरस्थ हिस्सों में स्थित ग्रामीण इलाकों तक भी, गुणवत्तापूर्ण उच्च शिक्षा की पहुच सुनिश्चत की जा सकती है।

## ऑनलाइन शिक्षा की स्वीकार्यता

इससे पहले भी देश में 'इंदिरा गांधी नेशनल ओपन यूनिवर्सिटी' और राष्टीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान तथा, कई अन्य प्रतिष्ठित संस्थानों के द्वारा दूरस्थ शिक्षा को बढ़ावा देने के कई सफल प्रयास किये गए हैं। ऑनलाइन शिक्षा पद्धति में शिक्षा के चार आधारों पढ़ना, लिखना, सुनना और बोलना को शामिल किया जाता है। अतः यह अन्य दूरस्थ शिक्षा पद्धतियों से अधिक प्रभावी है। पिछले कुछ वर्षो में देश में ऑनलाइन शिक्षा का प्रचलन बढ़ने और इसकी उपयोगिता को देखते हुए छात्रों, नियोक्ताओं और अन्य हितधारकों में ऑनलाइन शिक्षा की स्वीकार्यता बढ़ी है।

## चुनौतियाँ

## संस्थानों की चुनौतियाँ

कोविड–19 से पहले देश के अधिकांश संस्थानों को ऑनलाइन शिक्षा का अधिक अनुभव नहीं रहा है। ऐसे में संस्थानों के लिये शिक्षा की गुणवत्ता को बनाए रखते हुए कम समय में ऑनलाइन सामग्री उपलब्ध कराना और ऑनलाइन शिक्षा से जुड़ना एक चुनौती है। कोविड–19 के कारण वार्षिक परीक्षाओं

और नए छात्रों के प्रवेश की प्रक्रिया प्रभावित हुई है। वर्तमान में बहुत से विषयों में छात्रों के मूल्यांकन के संदर्भ में यूजी.सी. के नियमों स्पष्टता की कमी के कारण संस्थानों पर दबाब बढ़ेगा। प्रयोगशालायें और तकनीकी परीक्षणों पर आधारित शिक्षा के संदर्भ में वर्तमान में ऑनलाइन शिक्षा की अपनी सीमाएँ है। किसी भी परीक्षा में ऑकड़ों या तथ्यों के ज्ञान के अतिरिक्त छात्रों को कई अन्य मानकों पर परखा जाता है। ऐसे में इतने कम समय में ऑनलाइन परीक्षाओं के लिये परीक्षा की प्रकृति और मानकों का निर्धारण बहुत कठिन होगा।

## शिक्षकों की चुनौतियॉ

कोविड–19 के कारण उत्पन्न हुई परिस्थितियों से पहले बहुत शिक्षकों को ऑनलाइन शिक्षा का अनुभव नहीं रहा है। ऐसे में ऑनलाइन षिक्षा के लिये पाठ्यक्रम का निर्धारण और उसके अनुरूप अध्ययन सामग्री का निर्माण की समस्या आदि से शिक्षकों पर दबाब बढ़ेगा। बिना किसी विषेष तकनीकी प्रशिक्षण के ऑनलाइन कक्षाओं के संचालन के अतिरिक्त शिक्षकों को ऑनलाइन माध्यम के लिये नियमित क्लास टेस्ट के प्रारूप, मूल्यांकन आदि में भी बदलाव करने होंगे।

## छात्रों की चुनौतियॉ

कोविड–19 के कारण शिक्षण, वार्षिक परीक्षाओं और नई कक्षाओं में दाखिले में विलंब से लेकर रोजगार के अवसरों में आई गिरावट से छात्रों की समस्याएँ अधिक बढ़ गई है। भारत में सामान्यतः मार्च से लेकर अगस्त तक के महीने छात्रों के भविष्य के लिये बहुत ही महत्वपूर्ण होते हैं। कोविड–19 के कारण बहुत–सी परीक्षाओं के परिणामों में देरी के कारण छात्रों को नई कक्षाओं में दाखिले या रोजगार प्राप्त करने में समस्याएँ हो सकती हैं। वर्तमान में देश के कई हिस्सों में तेज इंटरनेट की पहुॅच नहीं है। या बहुत से छात्रों के लिये अधिक इंटरनेट डेटा का खर्च बहुत कर पाना संभव नहीं होगा। अंतः ऐसे छात्रों के लिये ऑनलाइन कक्षाओं से जुड़ना एक बड़ी चुनौती होगी। इंटरनेट पर कई विशेष पाठ्यक्रमों या क्षेत्रीय भाषाओं से जुड़ी अध्ययन सामग्री की कमी होने से छात्रों को समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है।

**समाधान**

वर्तमान में पूरे देश में विभिन्न पाठ्यक्रमों की वार्षिक परीक्षाओं और नए पाठ्यक्रमों में दाखिले की तिथियों के बीच समन्वय हेतु केंद्र व राज्य सरकारों को परस्पर सहयोग में बढ़ावा देना चाहिये। टेलीविजन और रडियो कार्यक्रमों के माध्यम से देश के दूरस्थ भागों में स्थित ग्रामीण क्षेत्रों में भी लॉकडाउन के दौरान शिक्षा की पहुॅच सुनिष्चित की जा सकती है। केंद्र सरकार, एन.आई.ओ.एस. और शिक्षा से जुड़े अन्य संस्थानों के सहयोग से संचालित वेब पोर्टल और अन्य कार्यक्रमों जैसे—दीक्षा पोर्टल, स्वयं, स्वयंप्रभा, ई—पाठशाला, नेशलन रिपोजिटरी ओपन एजुकेशलन रिसोर्सज और वर्चुअल लैब आदि के माध्यमों से गुणवत्ता पूर्ण शिक्षा उपलब्ध कराने का प्रयास किया गया है। केंद्र सरकार ने ग्रामीण क्षेत्रों में इंटरनेट की पहुॅच को मजबूत बनाने के लिए वर्ष 2022 तक देश के 90 प्रतिशत क्षेत्रों में हाई—स्पीड मोबाइल इंटरनेट और आगे चलकर भारतनेट योजना के माध्यम से अधिक—से—अधिक क्षेत्रों में ब्रॉडबैंड इंटरनेट की पहुॅच सुनिशचित करने का लक्ष्य रखा है। भारत का भौगोलिक विस्तार और बड़ी जनसंख्या के कारण सभी को गुणवत्तापूर्ण षिक्षा उपलब्ध करना, लंबे समय से एक बड़ी चुनौती बनी हुई। अतः वर्तमान परिस्थिति से सीख लेते हुए भविष्य में इंटरनेट, मोबाइल एप और अन्य नवचारों के माध्यम से शिक्षा की पहुॅच में विस्तार को प्राथमिकता दी जानी चाहिये।

**निष्कर्ष**

भारत में कोविड—19 महामारी का प्रभाव अन्य क्षेत्रों के साथ—साथ शिक्षा के क्षेत्र पर भी देखने को मिला है। लॉकडाउन के कारण सारे शैक्षिक संस्थानों को बंद करना पड़ा, जिससे शिक्षण—प्रक्रिया बाधित हुई है। इस महामारी ने शिक्षा क्षेत्र में जुड़े लोगों को शिक्षण माध्यमों के नए विकल्पों और संसाधनों पर विचार करने पर विवश किया है। ज्ञान के निर्बाध प्रसार को सुनिष्चित करने के उद्देष्य से विद्यालय से लेकर विश्वविद्यालयों तक समस्त शैक्षणिक संस्थानों को वैकल्पिक शैक्षणिक ऑनलाइन अधिगम अपनाना पड़ा है।

जिसे डिजिटल लर्निग, वर्चुअल स्पेस लर्निग, रिमोट लर्निग, दूरस्थ गृह शिक्षा इत्यादि नामों से भी जाना जाता है। अकादमिक विमर्श भी ऑनलाइन हो रहे है और प्रषासनिक व अकादमिक निर्णय लेने हेतु बैठके भी ऑनलाइन हो रही है। स्वतंत्रता के पष्चात् भारतीय शिक्षा का मूल ढ़ॉचा बहुत सीमा तक अपरिवर्तित रहा है और अतः इन सभी विकल्पों और संसाधनों का उपयोग कर दूरस्थ शिक्षा का एक मजबूत

आधार स्थापित किया जा सकता है। जिससे भविष्य में सभी के लिये कम लागत में भी शिक्षा की पहुँच सुनिश्चित की जा सके। स्वामी रामकृष्ण परमहंस ने कहा था कि, जीवन में आए अवसरों को व्यक्ति साहस एवं ज्ञान की कमी के कारण समझ नहीं पाता। हमें साहस एवं ज्ञान, दोनों का परिचय देना होगा। कोरोना संकट के दौरान वैकल्पिक तौर पर ऑनलाइन शिक्षा अवष्य एक जरूरत हैं। लेकिन, सामान्य दिनों में भारत के समग्र विकास के लिए परंपरागत कक्षीय शिक्षा के सहायक के रूप में ही यह सर्वाधिक उपयोगी सिद्ध होगी, न कि उसके विकल्प के रूप में।

प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने हेतु दिन–भर गर्म पानी पीना, रोजाना योगासन, प्राणायाम और ध्यान या खेल का कम से कम 30 मिनिट अभ्यास किया जाये। घर का बना शुद्ध भोजन, खाना बनाने में हल्दी, जीरा, धनिया, अदरक, लहसुन का इस्तेमाल किया जाय लॉकडाउन में संकल्प लीजिए कि अहिंसा के सिद्धांत पर चलेंगे। जीवन में निराश न हो, बल्कि बहुमूल्य जीवन का महिमागान करें और सकारात्मक सोच अपनाएं। यदि ईश्वर समस्या भेजते है तो, उसका समाधान भी भेज देते है। आग समस्या है, तो पानी उसका समाधान है। रोग का समाधान स्वास्थ्य है लेकिन, मन एक ऐसा तत्व है कि, मन की समस्या का समाधान स्वयं म नही है। जो मन नकारात्मक है, वो मन सकारात्मक भी है। प्रसन्नता परमात्मा का पर्याय है, वही परमपद है। नकारात्मक सोच उलझने पैदा करती है। अपने मन के साथ संवाद कीजिए यें संवाद ही हमें समाधान दे सकते है। जन्म–मृत्यु हमारे हाथ में नहीं, लेकिन जीवन हमारे हाथ में है। तो इस जीवन को नकारात्मक सोच से बर्बाद करने के बजाय मन को सकारात्मक सोच से समद्ध बनाए। जो, व्यक्ति रात को मन में संतोष लेकर सोता है और सुबह मन में उत्साह लेकर उठता है, वही सही मायनों में आध्यात्मिक है। शाकाहारी बनिए, आरोग्य बना रहेगा।

श्रम और परिश्रम के साथ गीत–संगीत सुनिए, बातावरण खुशनुमा होगा। इससे ऑक्सीजन जोन अपने आप बन जायेगा। आप ताजी हवा महसूस करते है। नई उमंग और उत्साह का संचार होता है। धैर्य और व्यापक भाव से सत्संग करें और इस सत्संगरूपी औषधि में जीवन में प्रसन्नतारूपी परमात्मा का प्रकटीकरण करें। भारत देश में कोविड–19 महामारी और इसके नियंत्रण के लिये लागू लॉकडाउन के बीच अकादमिक नुकसान से बचने और छात्रों के हितों को ध्यान में रखते हुए विश्वविद्यालय अनुदान आयोग' ने शैक्षणिक कैलेंडर में कुछ बदलाव किया है। सोशल डिस्टेंसिग, ऑनलाइन कक्षाओं के संचालन, बर्चुअल लैबोरेटरीज आदि के बारे में महत्वपूर्ण सुझाव भी दिये हैं। साथ ही यूजीसी ने भविष्य में ऐसी चुनौतियों का सामना करने के लिये अध्यापकों को 'इनफॉरमेशन व कम्युनिकेशन टूल्स' आई.सी.टी. जैसी तकनीको के लिये प्रशिक्षित करने का सुझाव दिया है।

## संदर्भ


- ❖ आचार्य श्री विद्यासागरजी महाराज, *'प्रकृति नई हो रही है, क्या हम नया नहीं कर सकते' अहा जिंदगी,* दैनिक भास्करः सोमवार 18 मई 2020, पृष्ठ कमांक–04.
- ❖ मोरारी बापू' *हमारे मन की समस्या का समाधान भी मन के भीतर' अहा जिंदगी,* दैनिक भास्करः सोमवार 18 मई 2020, पृष्ठ कमांक–04.
- ❖ *Current challenges and consequences of Covid-19 Pandemic and the future Ahead:* Skoda Auto CEO, News-18.com, 1st published-April 15, 2020.
- ❖ *Covid 19 Pandemic: How is sail overcoming the challenges.* http//www.steelmint events.com
- ❖ http//www.kaggle.com: *Covid-19 Open research Dataset challenge Kaggle*
- ❖ http//www.undpong>undp>home Coronavirus disease Covid-19 Pandemic UNDP
- ❖ Financing the Covid-19 Response: Challenges and Choices. www.bloomberquint,com
- ❖ http//www.mygov.in>task>covid
- ❖ My Government, Ministry of Ayush, *'Preventive Health Measures to BOOST IMMUNITY'* 29 April, 2020.
- ❖ My Government, Ministry of Ayush, *'Stay safe with age old wisdom of Ayurveda'* 30 April 2020.
- ❖ MHRD Government of India, Ministry of Human Resource Development, Covid 19.
- ❖ My Government, Ministry of Health & Family Welfare government of India 'Ensuring Mental Health of children.'
- ❖ My Government, Lockdown 3.0 'Activities Allowed in Green Zones' with Effect. 4th May 2020.
- ❖ My Government, Lockdown 3.0 'Offices. Industrial Activities, Shops, Movement of Person Allowed with Restrictions in Red Zones (5/5) with Effect. 4th May 2020.

# अध्याय 4

# ऑनलाइन शिक्षा की चुनौतियां कोविड–19 के सन्दर्भ में

***डॉ. अनीता जायसवाल***

असि. प्रोफेसर, शिक्षा शास्त्र

साहूराम स्वरुप महिला महाविद्यालय बरेली

**सार संक्षेप**

**भा**रतीय चिंतन परंपरा, के अनुसार शिक्षा के प्रमुख उद्देश्य है–व्यक्तित्व का विकास, चरित्र का निर्माण और ज्ञान का उत्तरोत्तर विकास। ऑनलाइन शिक्षा इन लक्ष्यों की पूर्ति कहां तक करती है, इसकी परख जरुरी है। परंपरागत शिक्षा में शिक्षक विद्यार्थियों के सामने सिर्फ ज्ञान ही नहीं उड़ेला जाता है। बल्कि, अप्रत्य़क्ष रुप से चरित्र निर्माण की प्रक्रिया भी सतत् चलती रहती है। कक्षीय परिवेश में सह अस्तित्व एवं सहयोग, व्यापक साझेदारी, सामूहिकता एवं वैचारिक सहिष्णुता का भाव छात्रों में विकसित होता है। इसके साथ-साथ शिक्षक का आचरण और उसके क्रियाकलाप का छात्रों पर बहुत गहरा असर पड़ता है। शैक्षिक परिसर में विविधता पूर्ण सामाजिक आर्थिक पृष्ठभूमि और विभिन्न विषय के छात्रों का आपस में बहस विवेचन तर्क वितर्क व्यक्तित्व के समग्र सन्तुलन निर्माण में बड़ी भूमिका निभाते हैं। पाठ्यसहगामी क्रियायें व्यक्तित्व निर्माण की पूर्णता की ओर से ले जाते हैं। ऑनलाइन पद्धति में यह नही ंके बराबर अथवा बहुत कम मात्रा में संभव है। इसमें, विद्यार्थी ज्ञान तो हासिल कर लेगा, लेकिन उसका मनोजगत एक रोबोट की तरह ही यांत्रिक होगा। इंटरनेट और वर्चुअल वर्ल्ड के वर्तमान दौर में पहले ही समाज से कटते जा रहे है। बच्चों युवाओं में सामाजिकता और संतुलित सम्यक व्यक्तित्व के विकास में ऑनलाइन शिक्षा साधक के बजाय बाधक साबित हो सकती है।

**मुख्य शब्दः** कोरोना वाइरस, कोविड–19, महामारी, शैक्षिक क्षेत्र, चुनौति, लॉकडाउन।

**को**रोना संकट के दौरान वैकल्पिक तौर पर ऑनलाइन शिक्षा अवश्य एक जरुरत है। लेकिन, सामान्य दिनों में भारत के समग्र विकास के लिये परंपरागत कक्षीय शिक्षा के सहायक के रुप में ही यह, सर्वाधिक उपयोगी सिद्ध होगी, न कि उसके विकल्प के रुप में। भारतीय जीवन, समाज, अर्थव्यवस्था और शिक्षा के क्षेत्र में अभी तक दो महत्वपूर्ण क्षण आए हैं।

एक तो उदारवादी अर्थव्यवस्था के लागू होने के बाद हमारे जीवन में आया गुणात्मक परिवर्तन, दूसरा 2020 में कोरोना के आने के बाद हमारे जीवन एवं समाज में एक बड़ा परिवर्तन आया। पहला परिवर्तन, क्षण अर्थव्यवस्था के प्रभाव, पूंजी की माया और गति के कारण घटित हुआ। दूसरा परिवर्तन, मानव जीवन में कोरोना वायरस के रहस्यात्मक घातक प्रवेश के कारण संभव हो रहा है। पहले परिवर्तन ने जीवन हमारी गति बढ़ाई। भूमंडलीकरण, साइबर स्पेस आदि विकसित हुये। दूसरे परिवर्तन ने गति को रोककर हमारी स्थिति को स्थिर कर दिया है। कोरोना जनित यह समय असाधारण मानवीय संकट का समय है। संकट की यह घड़ी पूरी दुनिया को बदलती जा रही है। सामाजिक जीवन, राजनीति शिक्षा, अर्थव्यवस्था शिक्षा सबको इस कोरोना जनित समय के साथ खुद को समायोजित करना है। इस संकट के खत्म होने के बाद भी भय, व्याकुलता घबराहट हमारे जीवन के तत्व रुप में शामिल हो हमारे सामाजिक जीवन के मूल चरित्र में तोड़ फोड़ करते रहेगें। शिक्षा खासकर उच्च के क्षेत्र में भी कोरोना संकट के कारण बड़े परिवर्तन की संभावना है।

विश्व के अनेक बड़े देश, जाने माने विश्वविद्यालय है, वे आमने सामने की शिक्षा (क्लासरुम टीचिंग) के विलल्प के रुप में डिजिटल शिक्षा के नये रुप विकसित कर रहे हैं। उन देशों में ऑनलाइन टीचिंग के नये स्त्रोत विकसित किये जा रहे हैं। भारत में भी मावन संसाधन विकास मंत्री रमेश पोखरियाल त्रिशं कइ नये परिवर्तन के बारे में बार बार आग्रह कर रहे हैं। वह और उनकी टीम डिजिटल शिक्षण पद्धति का एक संवादी माहौल भारतीय उच्च शिक्षा में भी विकसित करने के लिये प्रयासरत हैं। इस चुनौती का सामना करने के लिये हाल ही में उन्होंनें एक नया एप लांच किया है। जिसमें हमारे नये भारत के छात्र, शोधार्थी, शिक्षक अपने ज्ञान एवं नवाचारी वृत्ति से इस कोरोना वायरस को पराजित कर सकेगें। इस लड़ाई में हमें अपने 'ज्ञान' एवं 'नवाचार' को सक्षम हथियार के रुप में विकसित करना होगा, विश्वविद्यालय एवं अनुदान आयोग एवं मानव संसाधन मंत्रालय स्वयं एवं स्वग्रपभा जैसे डिजिटल शिक्षा के प्लेटफॉर्म विकसित कर ही रहे हैं। भारतीय उच्च शिक्षा वैसे भी 90 के दशक के बाद से ही खुद को परिवर्तित करने के काम में लगी है। नवउदारवादी अर्थव्यवस्था एवं उसके कारण बन रहे समाज में शिक्षा की जरुरतें पूरी करने के लिये

यू0जी0सी ई—पाठशाला, स्मार्ट क्लास रुम, ऑडियो—वीडियो और डिजिटल आधारित ओपन शिक्षा के अनेक केन्द्र विकसित करने लगी थी। अर्थव्यवस्था और सामाजिक जीवन के आलावा कोरोना वायरस ने जिस चीज को सबसे अधिक प्रभावित किया है। वह है शिक्षा व्यवस्था और पठन पाठन। स्कूली शिक्षा से लेकर उच्चस्तरीय शिक्षा लगभग ठप हो गयी है।

हालांकि, कुछ स्कूलों या विश्वविद्यालयों ने जूम, गूगल क्लासरुम, माइक्रोसॉफ्ट टीम जैसे प्लेटफॉर्मों के साथ यूट्यूब, व्हाट्सएप्प आदि के माध्यम से ऑनलाइन शिक्षण का विकल्प अपनाया है। जो, इस संकटकाल में एकमात्र रास्ता है। लेकिन, ऑनलाइन शिक्षा का इस प्रकार महिमामंडन किया जा रहा है। मानो, हमारी शिक्षा व्यवस्था की हर समस्या का समाधान इसमें छिपा हुआ है। क्या सचमुच ऑनलाइन शिक्षा देश की सारी जरुरतों का हल है? क्या ऑनलाइन शिक्षा कक्षीय शिक्षा का समुचित विकल्प है और भारतीय परिवेश के अनुकूल है इस प्रश्नों का उततर जानने के साथ यह समझना भी जरुरी होगा कि श़िक्षा के उद्देश्य क्या है? डॉ. थॉमस ने कहा है कि ''शिक्षा भारत में विदेशी पौधा नहीं है जहां ज्ञान के प्रति प्रेम इतने प्राचीन समय में प्रारम्भ हुआ हो या जिसने इतना स्थायी और शक्तिशाली प्रभाव उत्पन्न किया हो।''

### शिक्षा के उद्देश्य

भारतीय चिंतन परंपरा के अनुसार शिक्षा का प्रमुख उद्देश्य सम्पूर्ण व्यक्तित्व का विकास करना है। इस प्रकार शिक्षा का प्रमुख तीन उद्देश्य है, व्यक्ति एवं चरित्र निर्माण, समाज कल्याण और ज्ञान का उत्तरोत्तर विकास। ऑनलाइन शिक्षा इन लक्ष्यों की पूर्ति कहां तक करती है। इसकी परख जरुरी है। परम्परागत यानी आमने सामने के कक्षीय पठन-पाठन में विद्यार्थियों के सामने सिर्फ ज्ञान नहीं उड़ेला जाता है। बल्कि, अप्रत्यक्ष रुप से चरित्र निर्माण की प्रकिया भी सतत् रुप से चलती रहती है। कक्षीय परिवेश में सह अस्तित्व एवं सहयोग, व्यापक, साझेदारी, सामूहिकता एवं वैचारिक सहिष्णुता का भाव छात्रों में विकसित होता है। इसके साथ-साथ शिक्षक का आचरण और उसके क्रियाकलाप का छात्रों पर बहुत गहरा असर पड़ता है। शैक्षिक परिसर में विविधतापूर्ण सामाजिक—आर्थिक पृष्ठभूमि और विभिन्न विषयों के छात्रों का आपस में अंतरव्यवहार, बहस, विवेचन एवं तर्क वितर्क व्यक्तित्व के समग्र संतुलित निर्माण में बड़ी भूमिका निभाते हैं।

विभिन्न शिक्षणेत्तर गतिविधियां एवं अन्य क्रियाकलाप व्यक्तित्व निर्माण को पूर्णता की ओर ले जाते हैं। ऑनलाइन पद्धति में ये सभी चीजें नही ंके बराबर अथवा बहुत कम भाग में संभव हैं। इसमें विद्यार्थी ज्ञान

तो हासिल कर लेगा, लेकिन उसका मनोजगत एक रोबोट की तरह ही यांत्रिक होगा। इंटरनेट और वर्चुअल वर्ल्ड के वर्तमान दौर में पहले ही समाज से कटते जा रहें। बच्चों–युवाओं में सोशल स्किल और संतुलित–सम्यक व्यक्तित्व विकास में ऑनलाइन शिक्षा साधक के बजाय बाधक साबित हो सकती है। अगर ऐसा हुआ तो शिक्षा का प्रथम लक्ष्य यानी व्यक्ति चरित्र निर्माण का कार्य अपूर्ण ही रहेगा।

शिक्षा का दूसरा उद्देश्य समाज का कल्याण है, जो पहले लक्ष्य से ही जुड़ा हुआ है। अगर व्यक्ति में सामाजिक जीवन के लिये जरुरी गुण सह अस्तित्व सामूहिकता एवं सहिष्णुता आदि ठीक ढंग से विकसित न हो पाये तो समाज भौतिक स्तर पर भले सम्पन्न हो जाये, लेकिन उसमें अनेक विसंगतियां होगी और जो सामाजिक समस्याओं को जन्म देंगी।

शिक्षा का तीसरा उद्देश्य, ज्ञान का विकास भी ऑनलनाइन पद्धति में एक सीमा तक संभव है। उसमें पुस्तकीय सैद्धातिंक ज्ञान तो हासिल होगा, लेकिन व्यवहारिक ज्ञान से अपेक्षाकृत वंतिच ही रहेंगें। विज्ञान, प्रोद्यौगिकी और मेडिकल जैसे विषयों की पड़ाई तो प्रयोग व्यावहारिक जानकारी के बिना मुमकिन नहीं होगी। ऑनलाइन में आमतौर पर वस्तुनिष्ठ प्रारुप में परीक्षायें होती हैं। जिसमें विद्यार्थियों के विवेचन और समालोचनात्मक दृष्टिकोण का सम्यक् परीक्षण नहीं हो पाता।

शिक्षा का अन्य उद्देश्य जीविकोपार्जन भी है पर विशुद्ध ऑनलाइन डिग्री इसमें ज्यादा कारगर सिद्ध नहीं होगी। भारतीय परिवेश में इंटरनेट कनेक्टिविटि, कम्प्यूटर की सुलभता भी एक समस्या बन सकती है फिर भी, ऑनलाइन शिक्षा को अगर रामबाण के रुप में पेश किया जा रहा है। तो उसकी वजह या तो लोगों की आधी–अधूरी समझ अथवा शिक्षा को मुनाफा कमाने का धंधा मानने वाली मानसिकता है। यह अचानक ही नही कि ऑनलाइन शिक्षा के सबसे बड़े प्रवक्ता निजी क्षेत्र के संस्थान ही हैं। अकादमिक जगत में इसे लेकर ज्यादा उत्साह नहीं है।

अमेरिका–यूरोप के देशों में भी जहां एक दशक पूर्व से ही जीवन का हर क्षेत्र ऑनलाइन संचालित हैं वहां भी उच्च शिक्षा की बहुत अधिक फीस होने के बावजूद विद्यार्थियों की यही इच्छा होती है कि, वे कक्षीय पढ़ाई करें। यह तब है जब हार्वर्ड एम आई टी, स्टैनफोर्ड आदि संस्थानों के कोर्स ऑनलाइन प्लेटफापर्म पर उपलब्ध हैं।

## चुनौतियां

कोरोना समय में उच्च शिक्षा की हमारी कई चुनौतियां है।

1. पहली हमें अपनी उच्च शिक्षा के सेमेस्टर, शिक्षण, परीक्ष के कार्य, मूल्यांकन की पद्धति में नये परिवर्तन लाकर अपनी उच्च शिक्षा को इस समय में व्यवस्थित कराना है। हमें दुनिया बड़े उच्च शिक्षण संस्थानों के समान अपने को मजबूत एवं आकर्षक बनाना है।

2. उच्च शिक्षा के समाहारी बनाये रखने के लिये भारतीय समाज के अपेक्षित एवं अति उपेक्षित समूहों को भी इस डिजिटल परिवर्तन से जोड़ना है।

3. करीब डेढ़ महीने से प्राथमिक विद्यालयों से लेकर सर्वोच्च शिक्षा संस्थान तक बंद है। प्रतियोगी और भर्ती परीक्षायें स्थगित हो गयी हैं। कोटा, इलाहाबाद, जैसे केन्द्रों से छात्रों को बसों से उनके घर भेजा गया जाहिर है। प्रतियोगी परीक्षाओं और नये शिक्षा सत्र के लिये मानसिक रुप से तैयार बच्चों और युवाओं के लिये यह निराशाजनक दौर है।

इसे समझते हुये केन्द्र और राज्य सरकार ने ऑनलाइन कक्षाओं की व्यवस्था करके हालात नियंत्रित रखने की पहल जरुर की है। यद्यपि व्यावहारिक वजहों से इसका सीमित लाभ सिर्फ शहरी क्षेत्रों में मिलना संभव है। वजह है कि ग्रामीण क्षेत्रों ऑनलाइन कक्षाओं के लिए आवश्यक उपकरण बिजली आपूर्ति और माहौल का अभाव है। बेशक उच्च, माध्यमिक और बेसिक शिक्षा विभागों ने इसके लिये खासा जोर लगा रखा है पर ग्रामीण क्षेत्र में रातों रात विद्यार्थियों को लैपटॉप उपलब्ध करवा देना संभव नहीं है। ऐसी ही कठिनाई बिजली आपूर्ति को लेकर है। ग्रामीण जीवन की कई अन्य दुश्वारियां है जो ऑनलाइन कक्षा जैसी नई प्रणाली से मेल नहीं खाती शहरी क्षेत्रों में भी ऑनलाइन कक्षााओं की अवधारणा इसीलिये किसी हद तक कारगर दिख रही है क्योंकि बड़े निजी स्कूलों ने इसके लिये खुद सारे इंतजाम किये कहने की बात नहीं कि निजी संस्थानों के शिक्षक ऐसे मामलों में प्रबंधन के प्रति अधिक जवाबदेह होते हैं। वर्तमान समय में अर्थात (कोरोना काल) में ऑनलाइन शिक्षा इस संकटकाल की महत्वपूर्ण जरुरत है। शिक्षा और इससे जुड़ी बाकी पहलुओं को कोरोना का प्रकोप खत्म होने के इंतजार में अनिश्चित काल के लिये लंबित नहीं रखा जा सकता। ऐसे में शिक्षा की लौ को प्रज्वलित रखने के लिये ऑनलाइन शिक्षा की एकमात्र विकल्प है। इस नई प्रणाली की रोशनी गांवो तक पहुंचाना तो है, पर असंभव नहीं कठिन, इसके लिये वैसी ही

राजनीतिक और प्रशासनिक इच्छाशक्ति चाहिये, जैसी आप चुनाव या पल्स पोलियो अभियान के वक्त दिखाते हैं बेशक सरकार की ज्यादा शक्ति इस वक्त कोरोना नियंत्रण अभियान में लगी है, फिर भी बच्चों और युवाओं को निराशा के भंवर से निकालने के लिये ऑनलाइन शिक्षा पर ध्यान देना भी जरुरी है।

## सुझाव

तब क्या ऑनलाइन शिक्षा को बिल्कुल खारिज कर दिया जाएं ?

जी नहीं, यह उन कामकाजी लोंगों के लिये बहुत फायदेमंद है। जिनके लिये नियमित शिक्षा प्राप्त करना कठिन है। नये तरह के रोजगार पाने अथवा प्रमोशन में ऑनलाइन प्रोग्राम उनके लिए बहुत मददगार साबित होगें। विभिन्न डिग्री कार्यक्रम में परंपरागत शिक्षा प्राप्त कर रहे रेगुलर विद्यार्थियों के लिए भी ऐड–ऑन कोर्स के रुप में ऑनलाइन कोर्स उनके ज्ञान–कौशल में वृद्धि कर सकेगें। इसके लिए, अतिरिक्त गरीब या सुदूर इलाकों के छात्रों के लिए जिन्हें बहुत अच्छे शिक्षक का समृद्ध पुस्तकालय उपलब्ध नहीं है। उनके लिये श्रेष्ठ संस्थानों द्वारा तैयार ऑनलाइन अध्ययन सामग्री वरदान सिद्ध होगी।

मानव संसाधन विकास मंत्रालय द्वारा तैयार किए गए ई–लर्निंग जैसे स्वयं, दीक्षा ई–बस्ता, शोधगंगा विद्वान ई–पीजी पाठशाला आदि उपयोगी हैं। कक्षीय पठन पाठन के एक सपोर्टिंग टूल के रुप में इन्हें अपनाना निःसंदेह लाभकारी होगा कोरोना संकट के दौरान वैकल्पिक तौर पर ऑनलाइन शिक्षा अवश्य एक जरुरत है, लेकिन सामान्य दिनों में भारत के समग्र विकास के लिए परंपरागत कक्षीय शिक्षा के सहायक के रुप में ही यह सर्वाधिक उपयोगी सिद्ध होगी न कि उसके विकल्प के रुप में अंत में हम कह सकते हैं कि भविष्य में उच्च शिक्षा में शिक्षण एवं शोध जीवंत चेहरों की उपस्थिति से विहीन की बोर्ड एवं स्क्रीन में बदलता जायेगा उस प्रक्रिया में मानवीय चेहरे सीधे नहीं रहेंगें ऐसे में हमें एक वर्चुअल समुदाय की कल्पना कर उसमें शैक्षणिक संवाद स्थापित करने की आदत डालनी होगी। शिक्षक भी होगें, छात्र भी होगें, पर दोंनों स्क्रीन पर होंगें। अब शायद हमारी सामाजिकता भी काफी कुछ स्क्रीन पर टंग जायेगी, जिन्हें हम की बोर्ड से उतारेंगें और फिर स्क्रीन पर टांग देंगें।

## संदर्भ सूची


❖ मालती, सारस्वत, (2010). *भारतीय शिक्षा का इतिहास एवं समस्यायें,* न्यू कैलाश प्रकाशन, इलाहाबाद।

❖ गुरसरनदास, त्यागी, (2014–15). *भारतीय शिक्षा का विकास एवं समस्यायें* आगरा पब्लिकेशन हास्पिटल रोड आगरा।

❖ Clark S.C.T, (1970). *A general Theory of Teaching.*

❖Kortas, Cyrine, & Morve, Roshan K. (06 July 2020). *COVID 19 Pandemic Poetry. Vol. III.* Chapter: Introduction. Kanyakumari, India: Cape Comorin Publisher.

❖Kortas, Cyrine, & Morve, Roshan K.* (July 2020). COVID 19 Pandemic Poetry. Vol. IV. Chapter: Introduction. Editor: Ara Mithilee M L. Kanyakumari, India: Cape Comorin Publisher.

❖ ओड. एल. के, (1990). *शिक्षा के नूतन आयाम,* राजस्थान हिन्दी ग्रन्थ अकादमी, जयपुर।

❖ *नेटवर्किंग की नयी मंजिले,* (1999), कम्प्यूटर संचार पत्रिका, नई दिल्ली।

❖ Morve, Roshan K., & Raman Takiya. (Editors). (2020). *Covid-19 Pandemic Poems: A Collection of Multilingual Poetry Volume V*. E-book. Kanyakumari, India: Cape Comorin Publication, Press. Pp: 1 – 160.

❖--- & R S Regin Silvest. (Editors). (2020). *Covid-19 Pandemic Poems Volume II.* Kanyakumari, India: Cape Comorin Publication, Press, Pp: 1 – 58.

❖---, & Niyi Akingbe. “Climate Change in Literature.” Café Dissensus: We Dissent, Guest-Editorial Issue 54 (August 2020). New York City, USA.

❖---, Ed. (June 2020). Special Issue, "Covid-19 Pandemic." Cape Comorin Publisher, India.

❖---. (July 2020). *COVID 19 Pandemic Short Stories. Vol. I.* Chapter: Introduction. Editors, Dr Regin Silvest and Ara Mithilee M. L. Kanyakumari, India: Cape Comorin Publisher.

# अध्याय 5

# भारतीय यौगिक परम्परा का कोविड–19 पर प्रभाव

*डॉ. गरिमा*

असिस्टेंट प्रोफेसर, योग विभाग

साहू राम स्वरूप महिला महाविद्यालय बरेली

**शोध सारांश**

**भा**रत संस्कृति और परम्पराओं का देश है। यह तो सर्वविदित है। हमारे देश में अनेक परम्पराऐं और संस्कृतियां पुष्पित एवं पल्लवित होती रही हैं। जिन्हें हम सभी कहीं न कहीं भूलने लगे थे। परन्तु कोविड–19 के परिप्रेक्ष्य में हमारी संस्कृति और परम्पराऐं अब अपने महत्व का एहसास करा रहीं हैं। जैसे–सिर के बालों को ढंकने का कोई वैज्ञानिक कारण अवश्य रहा होगा। इसी तरह जूते चप्पल घर के बाहर तक ही सीमित होना हाथ–पैर धोकर प्रवेश करना, प्रतिदिन स्नान, हाथ जोडकर नमस्कार करना आदि ऐसी अनेक परम्पराऐं प्रचलित थी। जो व्यक्ति आज के समय में भूलता जा रहा था और भौतिकता एवं पाश्चात्य संस्कृति की ओर दौड रहा था। परन्तु आज कोविड–19 ने उन भूली हुई परम्पराओं से ऐसा अवगत कराया कि उनका पालन भारत ही नहीं अपितु समस्त विश्व कर रहा है।

**मुख्य शब्दः** कोविड–19, रोग प्रतिरोधक क्षमता, योग चिकित्सा, रोग संक्रमण, प्राणायाम शरीर कोशिका, षटकर्म फेफड़े।

**प्रस्तावना**

**इ**न्हीं परम्पराओं के बीच हमारे समाज में योग परम्परा का भी प्रचलन था। यह यौगिक परम्परा आध्यात्मिक भारत को जानने और समझने का मार्ग तो प्रशस्त करती ही है। साथ-ही-साथ आरोग्यता भी प्रदान करती है। इसका भारत की संस्कृति और विरासत से अटूट सम्बन्ध रहा है। क्योंकि प्राचीन समय में योग का प्रचलन समाज में निरोगी जीवन हेतु था। योग मार्ग का अनुसरण मन, मस्तिष्क को तो स्वस्थ रखता ही है। साथ ही साथ व्यक्ति के सर्वांगीण विकास में भी सहायक है।

इसीलिए, भारतीय समाज के लोगों ने योग विद्या को जीवन के बहुत ही महत्वपूर्ण पहलू के रूप में अपनाया था। इस विद्या को हमारा देश ही नहीं वरन समस्त विश्व अपना रहा है। जिसका उदाहरण वर्तमान संक्रमण कोविड–19 है। कोरोना संक्रमण के दौर में हमारी भारतीय परंपराएं एक उपचार स्तंभ के रूप में खड़ी हुई है। जहां किसी भी देश के पास कोई भी वैक्सीन आदि इस भयंकर रोग के लिए उपलब्ध नहीं है वहां हमारी परंपराओं में योग और आयुर्वेद हम सबके समक्ष एक चिकित्सा पद्धतिके रूप में हैं जिनसे इन संक्रमण को काफी हद तक प्रभावहीन किया जा रहा है।

ऑस्ट्रेलिया के शोधकर्ताओं का भी कहना है कि, इस कोरोना वायरस संकट के दौरान यदि योग किया जाए। तो वह तनाव और अवसाद के लक्षणों को काफी हद तक कम कर सकता है। कोरोना वायरस महामारी के दौरान लोगों की जीवन शैली पूरी तरह से बदल चुकी है। कोरोना वायरस के बढ़ते खतरे से संक्रमित होने का डर भविष्य के बारे में अनिश्चितता, आर्थिक असुरक्षा, काम करने की आदतों में बदलाव, सोशल डिस्टेंसिंग आदि से लोगों की मानसिक सेहत पर सबसे ज्यादा प्रभाव पड़ा है। इन दिनों लोगों में तनाव चिंता अवसाद जैसी मानसिक समस्याओं का स्तर काफी बढ़ गया है। लेसन सायकेट्री जर्नल में प्रकाशित एक अध्ययन में यह बताया गया है कि, जो लोग कोविड–19 का उपचार करा चुके हैं, उन्हें मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित समस्याएं जैसे स्ट्रेस डिसऑर्डर होने की संभावना अधिक होती है।

इन सभी समस्याओं के निवारण हेतु यदि, हम योग का अभ्यास करें तो, सरलता से संक्रमण से बचाव किया जा सकता है। देश के विशेषज्ञ कोरोना महामारी की स्थिति से उबरने के लिए वैकल्पिक उपचार योग और आयुर्वेद को बेहतरीन विकल्प के रूप में देख रहे है। इस वायरस का संक्रमण सबसे पहले चीन के वुहान प्रांत में पाया गया तत्पश्चात यह पूरे विश्व में धीरे–धीरे महामारी के रूप में फैल गया

और विश्व स्वास्थ्य संगठन ने कोरोना वायरस को महामारी घोषित कर दिया। कोरोना वायरस बहुत सूक्ष्म लेकिन प्रभावी वायरस है।

कोरोना वायरस मानव के बाल की तुलना में 900 गुना छोटा है लेकिन कोरोना का संक्रमण दुनिया भर में तेजी से फैल रहा है और बहुत ही घातक वायरस हैद्य इसके लक्षण सर्दी,जुकाम से मिलते जुलते हैं। कोविड–19 वायरस में सर्वप्रथम लक्षण बुखार तत्पश्चात सूखी खांसी और सांस लेने में परेशानी आदि दिखते हैं। इन लक्षणों का हमेशा मतलब यह नहीं कि आपको कोरोना वायरस का संक्रमण है। कोरोना वायरस के गंभीर केस में निमोनिया ,सांस लेने में बहुत ज्यादा परेशानी, किडनी फेल होना।

यहां तक कि यह जानलेवा भी हो सकता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन पब्लिक हेल्थ इंग्लैंड और नेशनल हेल्थ सर्विस से प्राप्त सूचना के आधार पर जो बचाव के निर्देश दिए गए उन सभी का पालन आम जनता कर रही है। कोरोना से अब तक पूरे विश्व में 2000000 से भी अधिक लोग संक्रमित हो चुके हैं और 100000 से अधिक लोगों की मृत्यु भी हो चुकी है।

दुनिया के कुछ प्रभावशाली देश जैसे कि अमेरिका, इटली, यूएस इसकी चपेट में बुरी तरह से आ चुके हैं और वहां रोजाना 15 सौ से अधिक जाने भी जा रही हैं इस कोरोना वायरस ने पूरे विश्व की अर्थव्यवस्था को झकझोर कर रख दिया है। भारत फ्रांस जर्मनी स्पेन फ्रांस जैसे देशों में भी इसका संक्रमण पूरी तरह से फैल चुका है और अनेक प्रयासों के पश्चात भी अभी किसी भी निर्णायक स्थिति में एवम् संतोषजनक स्थिति में नहीं पहुंचा जा सका है।

आज हमारा देश ही नहीं बल्कि समस्त विश्व एक ऐसे भंयकर संक्रमण के दौर से गुजर रहा है जहाँ विश्व स्वास्थ्य संगठन भी किसी निर्णायक स्थिति में नही पहुंच पा रहा है। सर्वप्रथम यह कोरोना वायरस संक्रमण के मामले सबसे पहले चीन में सामने आए, कुछ माह पश्चात ही देखते ही देखते इसने वैश्विक महामारी का रूप ले लिया। इस महामारी के कारण दुनिया में जो प्रणालियां थी और एक दूसरे के साथ स्थिरता, दृढ़ता और मजबूती के साथ जुड़ी हुई थी वह पूरी तरह से प्रभावित होने के कारण बदल गई हैं और इन विषम परिस्थितियों में प्रत्येक व्यक्ति अनगिनत समस्याओं से गुजर रहा हैद्य कोरोना वायरस की महामारी के कारण वैश्विक स्वास्थ्य संकट गहराता चला जा रहा है और इस विषम परिस्थिति में जो लोक डाउन की अवस्था आई उसने तो प्रत्येक व्यक्ति को आर्थिक, मानसिक एवं प्रत्येक पहलू से प्रभावित किया है।

ऐसे में यह धारणा भी तेजी से व्याप्त हो गई कि जब तक कोरोना वायरस खत्म नहीं हो जाता तब तक दुनिया की सूरत हमेशा के लिए बदल चुकी होगी और यह भी धारणा व्याप्त हुई कि कोविड–19 के बाद भी यह दुनिया खतरे से संघर्ष करती रहेगी और इसका दुष्प्रभाव कई वर्षों तक महसूस किया जाता रहेगा, इस महामारी में दुनिया के कई हिस्सों में सीमाऐ बंद है, हवाई सेवाऐ, होटल व्यवसाय आदि पूर्णतया बंद है साथ ही साथ शैक्षिणिक संस्थान भी बंद है द्यऐसे में आवश्यकता थी तो केवल इस बात की कि इस संक्रमण चेन को कैसे तोड़ा जाये, जिससे कि इस संक्रमण की विषम परिस्थितियों में आज की प्रत्येक व्यक्ति की सर्वोच्च प्राथमिकता थी जीवन बचाना।

अर्थात जान है तो जहान है और जीवन बचाने का यह उद्देश्य ही उनको लाकडाउन के नियमों का पालन करने में जुझारू बनाये हुए था। कुछ लोगों ने तो इसे वित्तीय विषय के संदर्भ में भी समझ लिया, यदि हम कोरोना वायरस को मानते हैं। तो इस वायरस से लड़ा नहीं जा सकता और ना ही उसे मारा जा सकता है। परंतु विवेक और बुद्धि से इससे बचाव अवश्य किया जा सकता है। क्योंकि कोविड–19 की चिंता और तनाव से घिरा हुआ आज का जीवन परोक्ष और अपरोक्ष रूप से प्रभावित लोगों को निरन्तर रौंदने में लगा हुआ है। एक तरफ बढता हुआ संक्रमण दूसरी तरफ घटता हुआ जीवन स्तर जिससे सामान्य जन जीवन इस आपदा से कराह उठा है। इसमें, तनिक भी सन्देह नहीं है कि बहुत ही विषम परिस्थिति है जिससे सुरक्षित बच निकलना असम्भव सा प्रतीत हो रहा है।

जैसा कि हम पहले भी बता चुके हैं की वर्तमान विषम परिस्थिति में हाथ पर हाथ रखकर नहीं बैठा जा सकता और ना ही हम दूसरों देशों की तरफ देख सकते हैं। क्योंकि जो समस्या हमारे साथ है आज वह समस्या सभी के साथ हैं हमें स्वयं ही इन समस्याओं का हल निकालना होगाद्य इसलिए हमें स्वदेशी चिकित्सा पद्धति में न केवल अनुसंधान की जरूरत है बल्कि, पुरातन भारतीय चिकित्सा पद्धतियों में भी शोध की आवश्यकता है। जो रोगों के उपचार का एक नवीन विकल्प हो सकते हैं। वैश्वीकरण के दौर में चुनौतियां बहुमुखी है दो–तीन महीने के अंदर ही एक विषाणु ने पूरी दुनिया को घुटनों पर लाकर खड़ा कर दियाद्य कोरोना वायरस ने विश्व भर में तहलका मचा रखा है।

उसने भारत में भी अपने पैर पसार लिए हैं। वैश्वीकरण के दौर में हम इस तरह की बीमारियों से बच भी नहीं सकते यह एक बहुत ही महत्वपूर्ण और मुख्य प्रश्न है कि, क्या हम भारतीयों के पास कोई ऐसी स्वदेशी व्यवस्था है। जो ऐसी समस्याओं से निपटने में उनका समाधान करने में सक्षम होद्य ध्यान रहे कि केवल अच्छे चिकित्सकों के होने से ही हम गंभीर स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं से पार नहीं पा सकते।

क्योंकि, आजकल के विषाणु मनुष्य से अधिक ताकतवर हैं जिनके समाधान ढूंढने में वर्षों लग जाते हैं। कोरोना इसका एक जीवंत उदाहरण है हमारे भारतवर्ष में यदि, किसी भी महामारी ने प्रवेश किया है। तो विश्व में उसकी कोई दवा उपलब्ध कराने के गंभीर प्रयास भी कराये गए हैं। आज इस महामारी के संक्रमण काल में योग और पारंपरिक चिकित्सा पद्धतियों पर नए सिरे से ध्यान देना होगा। योग और आयुर्वेद हमें प्रकृति एवं संपूर्ण जगत के साथ सामंजस्य से रहना सिखाते हैं। भौतिक उपलब्धियों के बदले सात्विक जीवन, यम, नियम, स्थिर चित्त, इंद्रियों के सदुपयोग एवं आत्मानुभूति पर अधिक बल देते है। वहीं भारतीय यौगिक चिकित्सा एक सकारात्मक रूप में हम सभी के बीच है। जिसे अपनाकर काफी हद तक कोविड–19 को हराया जा सकता है। क्योंकि इस समय सभी लोग जिस तनाव की अवस्था से गुजर रहें है उसको झेलने की क्षमता भी योग से ही प्राप्त हो सकती है।

यदि योग को जीवन चर्या में सम्मिलित कर लिया जाए तो कोरोना जैसी महामारी से सुरक्षित रहा जा सकता हैद्य विश्व स्वास्थ्य संगठन कोरोना महामारी से बचाव के लिए जो एडवाइजरी जारी कर रहा है। उसमें शरीर की स्वच्छता और प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने पर विशेष जोर दिया जा रहा है और योग को भी उस में स्थान दिया गया है योग के सारे अंग हमें कोरोना जैसे वायरस से लड़ने में अत्यंत मददगार साबित हो रहे है। कोविड–19 का प्रभाव हमारे शरीर के फेफड़ों पर अधिक पड़ रहा है क्योंकि हमारे शरीर में फेफड़ों की भी भूमिका सबसे महत्वपूर्ण है कोरोना वायरस स्वसन तंत्र पर ही मुख्य रूप से प्रतिघात करता है। इसलिए, हमारे फेफडों का स्वस्थ और मजबूत होना जरूरी है और योग से यह सरलता पूर्वक किया जा सकता है।

प्राणायाम से न सिर्फ फेफड़ों की क्षमता और मजबूती में आश्चर्यजनक रूप से परिवर्तन होता है। बल्कि हमारा प्रतिरक्षा तंत्र भी मजबूत होता है। कोरोना वायरस दमा जैसे स्वसन रोगियों को बुरी तरह प्रभावित करता है। लेकिन यदि नियमित रोज 15 से 30 मिनट प्राणायाम का अभ्यास किया जाए, तो ना सिर्फ दमा से निजात मिलेगी बल्कि कोरोना जैसे वायरस शरीर से सदैव दूर रहेंगे। प्राणायाम अनेक है परंतु अनुलोम विलोम, कपालभाति आदि प्राणायाम का अभ्यास किया जाए, तो हमें इसका लाभ प्राप्त होगा जो कोरोना वायरस से लड़ने के लिए सबसे महत्वपूर्ण है।

इस बिषय में, शास्त्रों पर दृष्टिपात करें तो ज्ञात होता है कि "जीवन में योग को अपनाने का प्रमुख लाभ दुर्घटना से बचना है। योग से व्यक्ति में बेहतर सतर्कता, सजगता और शारीरिक शान्ति आ जाती है।

इससे उसका दुर्घटनाओं से बचाव होता है और शारीरिक व मानसिक दोनों प्रकार के आघातों को झेलने की शक्ति मिलती है। योग शिक्षा, यदि महर्षि पतंजलि के दृष्टिकोण से देखें तो वर्तमान समय में उनका कथन बिल्कुल सटीक बैठता है उनके अनुसार,

**"हेयं दुःखं अनागतम" शर्मा, पं. श्रीराम आचार्य, 2000)**
अर्थात भविष्य में आने बाले दुःख को भी योग के कारण टाला जा सकता
आयुष मंत्रालय द्वारा प्रेषित आयुष कवच में भी योग को स्थान दिया गया है।

इसके द्वारा भी लोगों को प्रोत्साहित किया जा रहा है। जिससे लोग अपने जीवन चर्या में योग को सम्मिलित कर रोग प्रतिरोधक क्षमता का विकास कर सकें और इस संक्रमण से बचने में सक्षम बनें। योग चिकित्सा कोविड–19 से संघर्ष करने में व्यक्ति को सक्षम बनाती है। ऐसा भी नही कि जो योगाभ्यास करता है। वह कोविड–19 से ग्रस्त नहीं हो सकता। हो सकता है परन्तु अन्य रोगियो की तुलना में शीघ्र ही रोग मुक्त भी हो जाता है। क्योंकि, किसी भी संक्रमण को रोकने हेतु व्यक्ति की रोग प्रतिरोधक क्षमता विकसित होनी चाहिए। जो, योग द्वारा भली प्रकार से विकसित होती है।

योग के विविध साधनों को अपना कर स्वंय का स्वास्थ्य सुरक्षित रखा जा सकता है। वर्तमान परिप्रेक्ष्य में कुछ आवश्यक योग साधनों पर प्रकाश डालें तो योग साहित्यों में अनेक स्थान पर प्राण की सबसे व्यापक परिभाषा देखने को मिलती है जो कि सत्य भी है। क्योंकि जीवन के लिए प्राण आवश्यक है तैत्तिरीय उपनिषद ब्रम्हानन्द बल्ली में कहा गया है कि–

**''तरूमात्यर्वायुषमुच्यते**
**सर्वमेवत आयुर्यन्ति''**

– शर्मा पं. श्रीराम आचार्य (2016)

अर्थात प्राण ही समस्त प्राणियों की आयु है, अतः यह सभी प्राणियों का जीवन है।

यौगिक प्राणायाम के अभ्यास से इसी प्राण को साधने का प्रयास किया जाता है जिसे विज्ञान आक्सीजन कहता है। जो श्वांस हम भरते है उसके द्वारा आक्सीजन लेते है और श्वांस छोडते हुए कार्बन डाई आक्साइड बाहर निकालते हैं। इस सन्दर्भ में कुवल्यानन्द जी स्पष्ट करते हुए कहते हैं कि'' आक्सीजन

अवशोषण करने और कार्बन डाई आक्साइड को निष्काषित करने के हेतु हम श्वांस लेते है। ये दोनों जीवन के लिए अत्यन्त आवश्यक हैं'' स्वामी कुवल्यानन्द (2005)।

प्राणायाम द्वारा नाडियां शुद्ध होती हैं ओर शुद्धरक्त का संचरण नाडियो में होता है। जिससे कोशिकायें अधिक से अधिक आक्सीजन का अवशोषण करती हैं और शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता विकसित होती है। जो कि रोगों से सुरक्षित रखने में हमारी सहायता करती है। वी— के— एस— आयंगर शुद्धता के विषय में बताते हुए लिखते हैं कि "जिस प्रकार वायु आकाश से धुआं और अशुद्धि को उडा देता हे उसी प्रकार प्राणायाम शरीर तथा मन की मलिनता को दूर करता है।'' आयंगर बी के एस (2017)

इसके अतिरिक्त उज्जायी प्राणायाम एक ऐसा प्राणायाम है। जिसके अभ्यास से शरीर की लगभग सभी नाडियां प्रभावित होती हैं। फेफडे भी स्वस्थ, शुद्ध होते हैं और उनकी क्रियाशीलता भी बढ जाती है । उनका कडापन एवं श्वास अवरोध भी दूर हो जाता है। इसकी पुष्टि करते हुए आयंगर जी ने लिखा है कि, ''उज्जायी में फेफडों में होने वाली संवेदनाओं को जानना होता है.इस प्राणायाम में श्वास की धीमी हिलोरों से फेफडों का कडापन दूर होकर वे मुलायम बन जाते हैं ।'' आयंगर बी के एस (2017)

प्राणायाम के विषय में बताते हुए आयंगर जी लिखते है कि 'प्राणायाम एक कला है, शरीर की प्रत्येक इन्द्रियो स्नायुओं ओर कोशिकाओं का प्राण स्नान प्राणायाम से करना है कोशिकाओं को प्राण स्नान कराके संजीवित करना है उसके लिये श्वासनेन्द्रियों ओर स्नायुओं की गतिविधियां उचित तकनीकि से साध्य करनी है।'' आयंगर बी के एस (2017)

आज वर्तमान भयावह संकट से यह मार्ग सुरक्षा प्रदान करता है क्योंकि, यह संक्रमण नाक, गले और फेफडों को प्रभावित करता है। फेफडों को तो हम प्राणयाम से सुरक्षितरखते हैं और नाक व गले के लिए षटकर्म एक रामबाण क्रिया है। जल नेति द्वारा नाक के संक्रमण को रोका जाता है और कुंजल क्रिया द्वारा गले और फेफडों की शुद्धि होती है। इस क्रिया में नमकीन गर्म पानी का प्रयोग किया जाता है। जिसका विवरण आयुष मंत्रालय द्वारा जारी गाइड लाइन में भी प्राप्त हेता है।

कोरोना वायरस के बढ़ते संक्रमण को रोकने के लिए दुनिया भर में जहां लाकडाउन किया गया द्यजिसने कोरोना के डर और लॉकडाउन ने लोगों को असहज रूप से प्रभावित किया जिसके कारण लोगों में चिंता भय और बेचौनी जैसी अनेक समस्याएं भी देखने को मिलीद्य परंतु इस लॉकडाउन के समय में योग

करना अपने आप में एक सकारात्मक दृष्टिकोण रहा है। अमेरिका में एक जाने–माने भारतीय–अमेरिकी हृदय रोग विशेषज्ञ का कहना है कि कोरोना वायरस संक्रमण के चलते लागू किए गए लॉकडाउन के कारण घरों में रह रहे लोगों के लिए योगाभ्यास लाभकारी साबित हो सकता है क्योंकि यह रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने में मदद करता है। कोरोना से बचाव के लिए योग रामबाण उपाय हैं योग से शरीर पूर्णतया स्वस्थ रहता है रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ने के साथ ही श्वसन तंत्र भी मजबूत होता है। जाहिर है स्वस्थ शरीर में किसी भी तरह के संक्रमण का सवाल ही नहीं उठता कोरोना वायरस के संक्रमण से बचने का एकमात्र सर्वमान्य हल योगासन ही है।

बाबा रामदेव प्रतिदिन नियमित तौर पर योगासन करने से शरीर में श्वेत रक्त कोशिकाओं में वृद्धि होती है इन्हीं की वजह से रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है जब हमारे शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ जाती है तो कोई भी वायरस या कीटाणु हमें संक्रमित नहीं कर पाता हैद्य हमारे शरीर की रोगों से लड़ने वाली यह प्रणाली उसे स्वयं खत्म कर देती है। इस तरह मात्र योग से हमकोरोना की जंग को जीत सकते हैं। कोरोना वायरस के संक्रमण ज्यादातर उन्हीं लोगों के लिए खतरनाक है जो तनाव, रक्तचाप, हृदय रोग आदि रोगों से ग्रस्त हैं उपरोक्त रोगों का उपचार भी योग द्वारा सरलता पूर्वक किया जा सकता है। अतः हम यह कह सकते है कि योग एक ऐसा आधार है जिससे हम सभी सरलता पूर्वक स्वस्थ और सुरक्षित रह सकते है। कुवल्या नन्द जी कहते कि वास्तव में प्राणायाम केवल शारीरिक क्रियाओं का नियन्त्रण ही नहीहै अपितु शरीर को जीवन शक्ति देने वाली प्रत्येक जीवन क्रिया का ही नियंत्रण है। स्वामी कुवल्यानन्द (2005)।

अतः प्रत्येक व्यक्ति को इस संक्रमण के दौर में स्वंय की सुरक्षा हेतु योग मार्ग का अनुसरण करना चाहिए। चाहे आसन, षटकर्म एवं प्राणायाम आदि किसी भी मार्ग को अपनाये प्रभाव अवश्य सकारात्मक ही होगा।

### सन्दर्भ सूची


- योग शिक्षा. शिक्षक शिक्षा विभाग उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय हल्द्वानी, पृ.89।
- शर्मा, पं– श्रीराम आचार्य, (2000)., सांख्य एवं योग दर्शन वेदमाता गायत्री ट्रस्ट वेद विभाग शान्तिकुन्ज हरिद्वार, 2016।
- शर्मा, पं– श्रीराम आचार्य (2016). 108, उपनिषद युग निर्माण योजना विस्तार ट्रस्ट गायत्री तपोभूमि मथुरा, पृ.205।
- सरस्वती, स्वामी कुवल्यानन्द. (2005). प्राणायाम कैवल्य धाम लोनावला महाराष्ट्र, पृ.34।
- आयंगर, बी. के. एस. (2017). सभी के लिए योग प्रभात पेपर, 4019 आसफ अली रोड नई दिल्ली, पृ.275।
- वेबीनार (2020). भवंस विवेकानन्द कालेज, सिकन्दराबाद।
- आयंगर, बी–के–एस. (2017). "सभी के लिए योग प्रभात पेपर 4019." आसफ अली रोड नई दिल्ली, पृ.321।
- **---.** (2017). "सभी के लिए योग प्रभात पेपर, 4019." आसफ अली रोड पृ.310 नई दिल्ली।
- सरस्वती, स्वामी कुवल्यानन्द. (2005). *प्राणायाम, कैवल्य धाम*. लोनावला महाराष्ट्र, पृ.137।

# कोरोना वायरस के प्रति मेरा विचार

*डॉ. इंतजार मेहंदी*
महात्मा गांधी काशी विद्यापीठ, भारत

**को**रोना बनाम सामाजिक आपदा ना कहिए बल्कि प्राकृतिक महामारी का प्रकोप है। जब-जब पृथ्वी पर अत्याचार कुरीतियों को बढ़ावा मिलता है, तब–तब प्रकृति क्रोधित होकर अपना रूप प्रकट करती है। लेकिन हम मानव इसे नाना प्रकार के सौंदर्य प्रसाधन को अपने जीवन का आचरण बना कर आनंदित होते रहते है। इसी कारण आज पूरा विश्व इस महामारी का शिकार इस प्रकार हो रहा है जैसे, बिजली के तारों में करेंट दौड़ता रहता है, वह दिखता नहीं है और अनजाने में जो उसे छूता वह मृत्युलोक को पहुंच जाता है।

मेरा विचार यह है कि, कलयुग में सी प्रकार की आपदा आती रहेगी और हम आप झेलते रहेंगे। इसका पूर्ण विकल्प यह है कि, आज मनुष्य ने झूठ को अपना शास्त्र बना लिया है और सत्यता को भूल गया है। यदि, मनुष्य सत्यता का मार्ग अपना ले तो, शायद प्रकृति इस महामारी का सत्यानाश कर देती। सम्पूर्ण संसार असत्य को आधार मानकर अपना शासन कर रहा है क्योंकि संसार किसी की बपौती नहीं है। इसका बनाने वाला एक मात्र परम परमेश्वर ही है, यह भी एक विडम्बना है कि हम इसे स्वीकार तो करते है परंतु मार्ग को अपनाने से कतराते है।

आर्थिक रूप से इस महामारी का एक मात्र कारण यह भी हो सकता है कि, जनसंख्या के हिसाब से अधिकांश जनता को पोष्टिक आहार के रूप में संतुलित भोजन नहीं मिल रहा है क्योंकि, ईश्वर ने सम्पूर्ण वस्तुएं मनुष्य को ग्रहण करने के लिए उत्पन्न किया है, लेकिन आर्थिक तंगी की कारण वह सब वस्तुओं को ग्रहण ना कर पाना भी इस महामारी का मुख्य कारण है।

हमारे महान भारत में सब को सब अधिकार प्राप्त तो है, मगर जो जिसका मुख्य आहार है। उस पर अधिकांश ऐसे लोगो का अधिकार जिसे पा लेने में आर्थिक समस्या का सबसे बड़ा संकट है। यही कारण है कि चिकित्सीय अनुभव यह कहता है कि यदि, प्रत्येक व्याक्ति को संतुलित आहार मनचाहे अनुसार कमाने के

बाद मिल जाए तो शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ जाती है और मनुष्य इस प्रकार की छुआछूत जैसी, महामारी से बच सकता है जबकि अन्य देशों की अपेक्षा हमारा देश सम्पूर्ण सम्पदा से भरा पड़ा है। मगर कुछेक का इस पर अपना इतना बड़ा अधिकार है जो, किसी अन्य को इसका लाभ नहीं मिल पाता है।

मेरा मानना है कि इस महामारी के द्वारा कुछेक लोग तो निकम्मे बन गए और कुछेक लोग बल बुद्धि रखते हुए भी बेकार हो गए है। जो, देश की उन्नति में बड़ा भारी रोड़ा है। यह संकट हम सभी को बचाने का मौका है। प्रकृति को फिर से खुशहाल और समृद्ध करने की आवश्यकता है–हम बीमार हैं क्योंकि हमारी प्रकृति बीमार है। हमारा स्वास्थ्य प्रकृति के साथ हमारे व्यवहार का परिणाम है। वायरस हमारे रास्ते को सही करने का संकेत दे रहा है–यह हमें बता रहा है कि हमें प्रकृति का सम्मान करना होगा। हमने पूरे प्रकृति को अपने कब्जे में ले लिया है और अन्य सभी जानवरों पर हावी हो गए हैं। लेकिन हम यह भूल गए कि हमारी संपूर्ण आर्थिक समृद्धि छोटे सूक्ष्मजीवों द्वारा मिटा दी जा सकती है। सही अर्थों में, पृथ्वी एक बहुत छोटा और नाजुक ग्रह है। हमें एकल उपयोग प्लास्टिक को चरणबद्ध करना होगा, और हमारे जल निकायों में जाने वाले प्लास्टिक को कम करना होगा।

वैश्विक चुनौतियों के लिए साहसिक परिवर्तनों की आवश्यकता होती है–वे परिवर्तन जो केवल सरकार या कंपनियों द्वारा सक्रिय नही किए जा सकते हैं, बल्कि उन्हें व्यक्तिगत व्यवहार परिवर्तन की भी आवश्यकता होती है। हमें दोनों की जरूरत है। यदि कोरोनावायरस संकट में कुछ भी लाया है, तो यह है कि हम–प्रत्येक, अलग–अलग और एक साथ–सिस्टम को बदल सकते हैं। हमने पिछले कुछ हफ्तों में देखा है कि सरकारें कठिन कार्रवाई कर सकती हैं और हम अपना व्यवहार भी काफी जल्दी बदल सकते हैं। हमें जीवन जीने के न्यूनतम दृष्टिकोण को अपनाने के साथ निम्न–कार्बन जीवनशैली में बदल करना होगा–हो सकता है कि हमें विकास को फिर से परिभाषित करने की आवश्यकता हो–जो पारिस्थितिक सम्पन्नता के संदर्भ में मापी जा सके न कि बढ़ती आय के स्तर के रूप में। आखिरकार, यह अधिक टिकाऊ और धारणीय जीवन जीने का आखिरी मौका हो सकता है।

हमारे प्रधानमंत्री जी का सपना न्यू इंडिया को साकार बनाने में रोड़ा यह महामारी डाल रही है हमारे देश की जनता बड़ी ही सहनशील एवं संयम यूक्त है पूरा सहयोग देने में देश के लिए तत्पर है। अपने विचार को प्रकट करते हुए इस महामारी को प्रणाम करता हूं और परम परमेश्वर से प्रार्थना है कि अपने परिवार पर दया करते हुए इसे समाप्त करने का कष्ट करें।

# उपसंहार

**आ**ज इस बात को लेकर आम सहमति है कि अगले डेढ़ से दो साल तक पूरी दुनिया किसी न किसी रूप से संभवतः कोविड–19 के तत्कालिक खतरे से ही जूझती रहेगी और उसके बाद भी पुरर्निर्माण और उसके स्थाई प्रभाव निःसंदेह कई वर्षो तक महसूस किए जाते रहेंगे। दुनिया के कई हिस्सों मे सीमाएं बंद है। हवाई अड्डे, होटल और व्यवसाय बंद है और शैक्षिक संस्थान बंद है। यह अभूतपूर्व उपाय कुछ समाजों के सामाजिक ताने बाने को तोड़ रहे है और कई अर्थव्यवस्थाओं को बाधित कर रहे है जिसके परिणामस्वरूप बड़े पैमाने पर लोगों की नौकरियां छूट रही है और व्यापक पैमाने पर भूख की छाया बढ़ रही है। इसमे कोई संदेह नही कि दुनिया मंदी की स्थिति मे जा चुकी है। अगले साल इस मंदी से पूरा स्वरूप ग्रहण कर लेने की संभावना है। वैश्विक जीडीपी 2021 के लिए अनुमान 2 प्रतिशत से नीचे आ जाएगी। जब उत्पादन रूक जाता है तो यही अपेक्षित परिणाम होता है। व्यवसायिक संचालन को बंद करने के लिए विवष होना पड़ा है जिसके कारण हर जगह उत्पादन मे गिरावत हुई है।

कोविड–19 महामारी के दौरान तथा बाद के प्रभावों को स्पष्ट करने की दृष्टि से इस पुस्तक के अध्यायों के रूप मे जो साहित्यिक योगदान लेखकों के द्वारा किया गया है उसकों हम इस प्रकार से समझ सकते है–

**प्रथम अध्याय** जिसका विषय **"कोविड–19 का सामाजिक जीवन पर प्रभाव"।** इस अध्याय मे लेखक ने यह विस्तार से बताया है कि किसी महामारी का समाज पर क्या प्रभाव पड़ता तथा किसी प्रकोप के समय लोगो की जीवन कैसी होनी चाहिए और किस तरह एक दूसरे का सहयोग करना चाहिए।

**दूसरा अध्याय** जिसका विषय **"शैक्षिक एवं आर्थिक क्षेत्र में कोविद–19 के सकारात्मक एवं नकारात्मक प्रभाव"।** इस अध्याय के माध्यम से लेखक ने यह बताया है कि महामारी के समय मे भी शैक्षिक एवं आर्थिक गतिविधिया वाधित नही होती, बस उनकी प्रक्रिया बदल जाती है जैसे घर मे ही रहकर डिजिटल माध्यम से शिक्षा ग्रहण करना एवं व्यावासायिक कार्य आसानी से किए जा सकते है।

**तीसरा अध्याय** जिसका विषय **"कोविड–19ः शिक्षा के क्षेत्र पर प्रभाव"।** इस अध्याय मे लेखक ने यह वर्णन किया है कि आज जब सम्पूर्ण विश्व मे बंदी है तब भी हम अपने परिवार के साथ सामंजस्य से रहकर

उनसे औपचारिक तथा अनौपचारिक शिक्षा प्राप्त कर सकते है जिससे हमारा नैतिक जीवन विकसित होगा तथा सामाजिक और पारिवारिक सम्बन्धों मे उन्नति होगी।

**चौथा अध्याय** जिसका विषय **"ऑनलाइन शिक्षा की चुनौतियां कोविड–19 के सन्दर्भ मे"।** इस अध्याय मे`लेखक ने ऑनलाइन शिक्षा की समस्याओं से परिचित कराया है कि कैसे सुधार किए जाए की ऑनलाइन शिक्षा को मजबूत किया जाये क्योंकि पिछले 1 वर्ष मे जिस विकराल समय का सामना करना पड़ा है उससे यह स्पष्ट है कि लोगो तक कम दामों मे डिजटल गैजेट्स एवं अच्छा इण्टरनेट कनेक्शन होना आवश्यक है जिससे हम ऑनलाइन शिक्षा मे क्रांतिकारी सुधार कर सकते है।

**पांचवे अध्याय** जिसका विषय **"भारतीय यौगिक परम्परा का कोविड–19 पर प्रभाव"।** इस अध्यााय मे लेखक ने कोरोना जैसे महामारी से निपटने के लिये योग के महत्व को बताया है। योग क्रिया को दिनचर्या मे सामिल करने से किस तरह से हम अपने स्वास्थ को बेहतर बना सकते है और अपनी रोगप्रतिरोधक क्षमता को विकसित कर सकते है क्योंकि यह बात पहले सुनने मे आती थी लेकिन अब उसका महत्व हम लोगो को स्पष्ट पता चल चुका है।

**छ; अध्याय** जिसमे लेखक ने कोरोना को जानने, उसको समझने एवं उससे उभरने के सम्बन्ध मे बहुत ही रोचक तथ्य स्पष्ट किए है लेखक ने बताया है कि महामारी के प्रकोप के कारणों मे मनुष्य का बदलता हुआ नैतिक जीवन भी विनाश का कारण क्योंकि मनुष्य ने सत्य को छोड़कर असत्य की राह पकड़ ली है। लेखक ने यह भी स्पष्ट किया है कि पौष्टिक आहार किसी भी स्वास्थ सम्बन्धि समस्या से निपटने के लिए नितान्त आवश्यक है।

- ❖ यह सार्वजनिक स्वास्थ्य आपातकाल है जिसके दो साल तक जारी रहने की संभावना है। जब तक इसकी वैकसीन विकसित नही होगी जब तक यह वायरस एक खतरा बना रहेगा क्योंकि अलग–अलग देश इस वायरस के नए संक्रमणों के चक्र पर काबू पाने के लिए संघर्ष करते रहेंगे और इस तरह से उनकी स्वास्थ्य प्रणालियों पर दबाव बना रहेगा। वैक्सीन के विकसित होने, उसके उत्पादन और न्यायसंगत वितरण की बाधाओं को दूर करने के लिए सामूहिक प्रयास की आवश्यकता है। गहन चिकित्सा की आवश्यकता वाले तेजी से बढ़ रहे रोगियों का इलाज करने के लिए मास्क से लेकर वेंटिलेटर तक की जरूरी सामानों के उत्पादन एवं उनकी आपूर्ति के लिए अंतर्राष्ट्रीय आपूर्ति श्रंखलाओं को युद्व स्तर पर तैयार रखा जाना चाहिए।

❖ कोविड–19 के कारण लोगों को घर से काम करने के लिए अपने आप को ढ़ालना पढ़ा है। घर मे रहते हुए बैठकें, शिक्षा हासिल करने, वर्कआउट करने और अन्य काम करने के लिए डिजिटल समाधान खोजने के लिए हम सबाको सामूहिक प्रयत्न करने के लिए प्रेरित होना पड़ है। इस कारण से कोविड–19 के बाद की दुनिया मे इन तौर तरीकों मे से कुछ तौर–तरीकों के जारी रहने की संभावनाएं दिख्ा रही है।

❖ जितने जल्दी कोविड–19 के इलाज के लिए प्रभावी और सुरक्षित दवाई तथा कोविड–19 से बचाने वाले टीके का विकास कर लेगे उतनी ही जल्दी इस महामारी पर काबू पाया जा सकेगा। दवाई के विकास मे आर्टिफिसियल इंटेलिजेंस एक आदर्श सहयोगी साबित होगा।

❖ रोबोट को वायरस का संकम्रण होने का खतरा ही होता है। इनका उपयोग किराने का सामान पहूचाने से लेकर हेल्थकेयर प्रणाली मे महत्वपूर्ण कार्यो को अंजाम देने तथा किसी फैक्टरी को चलाने जैसे कामो मे हो सकता है। कंपनियां अब इस बात को स्वीकार करने लगी है कि वर्तमान समय मे रोबोट हमारी मदद कर सकते है तथा कोविड–19 के बाद की दुनिया और किसी भावी महामारी के दौरान इनकी भूमिका महत्वपूर्ण होगी।

❖ भविष्य मे ज्यादा से ज्यादा सरकारे सर्विलेंस (निगरानी) का उपयोग करेंगी। यह वायरस से लड़ने के लिए एक उपयोगी हथियार है। उदाहरण के लिए भारत और इजराइल जैसे देश वायरसो के समूहों का पता लगाने के लिए, यह जानने के लिए स्मार्टफोन का उपयोग कर रहे है कि किसे और कहां इस वायरस का संक्रमण है। साथ ही साथ ऐसे कदमों से व्यक्ति की निजी आजादी एवं गोपनीयता मे कमी आने का भी खतरा है।

❖ खुदरा खरीददारी अधिक से अधिक ऑपलाइन होगी और ग्राहक सेवा सम्बन्धी संवाद आभासी होगा। सामाजिक दूरी का मतलब कर्मचारियों, ग्राहकों और भागीदारों के बीच आमने सामने की बातचीत मे कमी आना है और ऐसे मे इलैक्ट्रॉनिक संवाद बढ़ेगा। घर मे काम करने की प्रवृत्ति हुई है। अब नई आदते विकसित हुई है और महामारी के बाद की दुनिया और भी बदली सी होगी।

इस पुस्तक के निष्कर्ष के रूप मे यह समझ आता है कि, विश्व का आकलन केवल इस बात से नही किया आएगा कि, वुहान वायरस से कितने लोगों की जाने गई बल्कि इस बात सेस होगा कि संकट के बाद शासन संकट प्रबंधन और एक लोकतांत्रिक प्रणाली कैसे तैयार होती है। पुस्तक का मुख्य सार सामाजिक जीवन, भारतीय यौगिक परम्परा, ऑनलाइन शिक्षा की चुनौतियां, शिक्षा के क्षेत्र, शैक्षिक एवं आर्थिक क्षेत्र मे कोविड–19 के सकारात्मक एवं नकारात्मक पभाव इन मुद्दों पर भी आधारित है जो अभी के दौर मे समाज को चुनौतियां देती है।

कोविड–19 की सारी समस्यांए और सभी क्षेत्रों में पढ़नेवाला प्रभाव के अध्ययन का हम सविस्तार अध्ययन कर इस रिसर्च को हम आगे बढ़ा सकते हैं। कोविड–19 के तौर में जो भी हमने बदलाव देखे हैं। वे हमे सुलझाने और समझने में मदद करेंगी। शोधकर्ता इस पुस्तक को विशेष विषय जैसे कि शिक्षा और कोविड–19 राजनीतिक परिप्रेक्ष्य और कोविड–19, कोविड–19 और सामाजिक और आर्थिक प्रभावों के साथ गहन अध्ययन कर सकते हैं। विस्तारित रूप से संशोधन कर कोविद समय की जानकारी प्राप्त कर उसे अपने सुझाव और प्लान बनाकर सुलझा सकते हैं।

*डॉ. मोरवे रोशन के.[1'] और मुबीन खान[2]*
*[1'] अंतर्राष्ट्रीय अध्ययन कॉलेज, साउथवेस्ट विश्वविद्यालय, चाइना और स्कूल का इतिहास, दर्शनशास्त्र और सामाजिक विज्ञान, बँगर विश्वविद्यालय, ब्रिटेन*
*[2] सीनियर रिसर्च फैलो*

# साहित्य में कोविड–19 और जलवायु परीवर्तन सम्बंधित प्रकाशन

*डॉ. मोरवे रोशन के. और सह-संपादक*

CLIMATE CHANGE
IN LITERATURE
ISSUE 54
We dissent
CAFÉ
DISSENSUS
Guest-Editorials
Dr Morve Roshan K., and Prof Niyi Akingbe
We dissent
CAFÉ
DISSENSUS
ISSN No: 2373-177X

# COVID-19 PANDEMIC POEMS

## A COLLECTION OF MULTILINGUAL POETRY

## कोविद-19 विश्वव्यापी महामारी कविता

### बहुभाषी कविता संग्रह

Volume-V

खंड - 5

Editors संपादक

Morve Roshan K. मोरवे रोशन के.

Raman Takiya रमन टाकिया

CAPE COMORIN PUBLISHER

Kanyakumari, Tamilnadu, India

www.capecomorinpublisher.com

ISBN 978-93-88761-62-8

9 789388 761628

**Morve Roshan K.,*** and Raman Takiya. (Editors). **Ebook.** ***COVID-19 PANDEMIC POEMS: A COLLECTION OF MULTILINGUAL POETRY.*** कोविद *-19* विश्व्यापी महामारी कविता*:* बहुभाषी कविता संग्रह*.* Volume V. Kanyakumari, India: Cape Comorin Publication, Press. **01 August 2020.** (E) ISBN 978 – 93 – 88 – 761 – 628. Pp: 1 – 160

COVID-19 PANDEMIC POEMS

VOLUME II

EDITORS

Dr. Morve Roshan K.
Dr. R.S. Regin Silvest

CAPE COMORIN PUBLISHER
Kanyakumari, Tamilnadu, India
www.capecomorinpublisher.com

CAPE COMORIN PUBLISHER

CAPE COMORIN PUBLISHER
Kanyakumari, Tamilnadu, India
www.capecomorinpublisher.com

ISBN 978-93-88761-25-3

9 789388 761253

**Morve Roshan K.,*** and R S Regin Silvest. (Editors). *Covid-19 Pandemic Poems Volume II*. Kanyakumari, India: Cape Comorin Publcation, Press, **22 June 2020.** (E) ISBN 978 – 93 – 88 – 761 – 253. Pp: 1 – 58.

EDITOR

Dr Morve Roshan K. obtained MA in English, and M. Phil and PhD. in Comparative Literature. She is a Postdoctoral Fellow of Southwest University, China. She has received an "Honorary Research Associate" award at the Bangor University (United Kingdom). Her last employment was at Children's University, India. She has published, 1 Special issue, 18 research papers, 3 chapters, 2 short stories, 1 interview, 2 newspaper articles, 6 poems, 4 books and edited 74 Children's Literature books. Her interview has been published in the Bangladesh newspaper. She is an editorial Member of 15 journals and magazines. She has attended 28 international conferences, seminars and symposiums in many countries. She has completed 2 projects and received national and international 9 travel grants funding. She has been working as Lecturer, Teacher, Tutor, Volunteer, multilingual Poetess, Editor, Writer, and Translator. She is a convener and coordinator of conferences. She has been on academic visits to Asia and the UK. Her areas of interests are African, Postcolonial, Gender, Diaspora, English, and Comparative Literature.

She can be contacted at: Email: mrr19qyp@bangor.ac.uk OR morve_roshan@rediffmail.com

Cape Comorin an International Multidisciplinary Double-Blind Peer-reviewed Research Journal, India

COVID-19 PANDEMIC

Special Issue

Editor: Dr Morve Roshan K.

Cape Comorin an International Multidisciplinary Double-Blind Peer-reviewed Research Journal, India

ISSN : 2582 - 1962

Cape Comorin

(An International Multidisciplinary Double – Blind Peer –reviewed Rearsh Journal)

Volume I Special Issue V

June 2020

www.capecomorinjournal.org.in

Cape Comorin Publisher
Kanyakumari, India
www.capecomorinpublisher.com

Cover designed by Dr Morve Roshan K.

डॉ. मोरवे रोशन के. बँगर वि[illegible]द्यालय में मा[illegible]द रिसर्च एसोसिएट और साउथवेस्ट विश्वविद्यालय की पोस्टडॉक्टोरल फैलो हैं। वे भारत कि प्रमुख, ब्रिटेन स्थित शोधकर्ताओं में से एक और अफ्रीकी और उत्तर औपनिवेशिक सिद्धांत और साहित्य कि प्रसिद्ध विद्वान मानी जाती हैं। इन्हे गुजरात केंद्रीय विश्वविद्यालय से पी.एचडी. और एम.फिल. (तुलनात्मक साहित्य) पदवी से सन्मानित किया गया है। इनकि कुल 21 शोध पत्र, 7 पुस्तक अध्याय, 2 लघु कथाएँ, 2 समाचार पत्र लेख और 7 कविताएँ आंतरराष्ट्रीय मासिकाओ, पुस्तको और पत्रिकाओ में प्रकाशित हैं। तथा , कुल 74 बच्चों की साहित्य पुस्तकों (मुख्य संपादक) का मराठी में अनुवाद करने का श्रेय उन्हें दिया गया है। उनकी 5 पुस्तकें प्रकाशित हैं, तथा उनकी लोकप्रिय पुस्तक, कोविड-19 महामारी खंड II और खंड V माने जाते हैं। इन्होने 28 मौखिक शोध पत्रों के वाचन में रंगभेद, संघर्ष, भेदभाव, उत्तर आधुनिक लेखन, अल्पसंख्यक और पिछडे वर्ग से जुडे साहित्य के मुद्दों पर अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलनों और संगोष्ठियों में वैचारिक एवंम साहित्यिक सिद्धांतोंद्वारा अपनी रचना को प्रस्तुत करणे का अद्भुत काम किया है।

मुबीन खान महात्मा गांधी चित्रकूट ग्रामोदय विश्वविद्यालय, चित्रकूट के पी.एच.डी. (सीनियर रिसर्च फैलो) है। इनकी थीसिस मूल्यांकन हेतु जमा हो चुकी है। वर्तमान मे यह मध्य प्रदेश सरकार के अन्तर्गत शासकीय इण्टर कॉलेज मे प्रवक्ता के पद पर पदस्थ है। यह दो बार यू.जी.सी. नेट तथा यू.जी. सी.–जे. आर. एफ. है। यह भारतीय इतिहास अनुसंधान परिषद के भी जे. आर. एफ. चयनित हो चुके है। पूर्व मे यह Army Welfare Education Society (Army Schools) के लिये भी चयनित हो चुके है। इनकी शोध उपलब्धियों मे 8 शोध पत्रों का प्रकाशन 03 अलग–अलग पुस्तकों मे अध्यायों का प्रकाशन तथा मध्य प्रदेश के आर्थिक इतिहास मे स्वयं की एक पुस्तक है।

Cape Comorin Publisher
Kanyakumari Tamilnadu, India
www.capecomorinpublisher.com